KENDİNİ ARAYAN İNSAN

Rollo May

Türkçesi : Ayşen Karpat

KURALDIŞI

© Pegasus Ajans

Kendini Arayan İnsan
Rollo May
Türkçesi: Ayşen KARPAT

Yayına Hazırlayan: Nil GÜN
Kapak: ARGÜMAN

İstanbul 1997
ISBN 975-7146-49-8

Baskı: Ceylan Matbaacılık
Seyrantepe Mah. Nato Yolu Çınarlı Sk. No: 8/2
4. Levent/İSTANBUL
Tel: 0212. 284 37 21 - 22 Fax: 0212. 279 92 73

Kuraldışı Yayıncılık
Sinan Ercan Cad. No:34/33 Erenköy-İstanbul
Tel: 0216. 380 29 24 - 445 22 14 Fax: 0216. 416 48 31

İÇİNDEKİLER

- Sunuş 7
- Önsöz 9

BİRİNCİ BÖLÜM

Bizim İkilemimiz

1- Günümüz İnsanının Yalnızlığı ve Endişesi 15
2- Rahatsızlıklarımızın Kökeni 47

İKİNCİ BÖLÜM

Benliğimizi Yeniden Keşfetmek

3- Birey Olma Deneyimi 81
4- Var Olma Mücadelesi 113

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Benliğimizle Bütünleşmek

5- Bağımsızlık ve Öz İrade 137
6- Yaratıcı Vicdan 163
7- Cesaret: Olgunluğun Erdemi 205
8- Zamanın Ötesindeki İnsan 235

SUNUŞ

Yirminci yüzyılın başlarına kadar insanların yaşamı -üç aşağı beş yukarı- belli kurallar içinde sürüyordu. Tanrı vardı, cinsellik evlilik dışında yok sayılıyordu, kadının ve erkeğin rolleri önceden belirlenmişti. Mutluluğun reçetesi belliydi. Her şeyin tek bir yanıtı vardı.

Oysa bugün hiçbir şeyin yanıtı yok. Tanrı öldü mü, yaşıyor mu? Toplum mu önce gelir, birey mi? Evlilik kurumu, dinsel kurumlar, devlet kurumları yararlı mı zararlı mı? Meksikalı bir göçmenin ailesine dediği gibi, "Amerikalılar gerçekten iyi insanlar ama bir konuda çok hassaslar. Onlara asla birer 'ceset' olduklarını hissettirmeyeceksin."

Sırf Amerikalılar mı ceset? Modern insan duygularını göstermemeyi güçlü olmak sanıyor. Yaşamın her alanında kukla gibi yönetiliyor. Ölü gibi yaşıyor. Ama yönettiğini ve yaşadığını sanıyor.

Yeni dünyanın "cesur" içi boş insanı uygarlığı teknolojik gelişmeyle tarif ediyor. Geliştirdiği robotlar kadar kendisini robotlaştırdığının farkında olmadan.

Aklı baş tacı eden insan, yüreğinden, ruhundan uzaklaşıyor. Bu uzaklaşma bireyi kendinden koparıyor, sağlığından ediyor. İnsanlarla sıcak ilişki kurabilme kapasitesini, yakınlaşma yeteneğini köreltiyor. Ve her türlü teknolojik oyuncaklarla donanmış insan "kozmik yalnızlık" çekiyor.

Günümüz modern insanı toplu şizofreni, toplu nevroz yaşıyor. Bu nevrozun ürettiği endişe duygusunu da, ilaçlarla, uyuşturucularla, alkolle, TV ile, sahte ilişkilerle uyutmaya ve avutmaya çalışıyor. Daha fazla şeylere sahip olursa endişeden kurtulacağını sanıyor. Ama içindeki boşluğu bir türlü dolduramıyor, dolduramıyor.

Kendini tekrar ederek, bu kez farklı sonuç alacağı yanılsamasından bir türlü kurtulamıyor.

Modern insan mutsuz, doyumsuz ve korku dolu. Kendine yabancılaşmış, yalnız ve endişe dolu.

Rollo May, bu kitabında içinde yaşadığımız endişe çağında modern kadın ve erkeğin, toplumun "normal" hale gelmiş nevrotik yapısından nasıl etkilendiğini inceliyor. Ve günümüz insanının çelişkilerini espri ve hayal gücü zenginliğiyle donanmış olarak ortaya koyuyor.

Bu kitap, itaatkarlığı erdem sanan ve yaşadıklarını iddia eden "ölü" insanlar için değil; yüzyıllık yalnızlığı sona erdirmek, ruhunu uyandırmak ve kendini bulmak isteyen insanlar için.

Bilgi çağından bilinç çağına geçiş insanın kendini tanımasıyla başlar. Kendini tanımak süreci ise "sanal sevgi" den "gerçek sevgi" ye doğru uzanan köprünün inşasıdır.

"Bir Zen ustasının cenaze töreninde tabutun ardından binlerce mürit yaşlı gözlerle yürüyormuş. Bir başka Zen ustası, bu manzaraya bakarak şöyle demiş: "Bir canlı ölünün ardından ne kadar da çok yaşayan ölü gidiyor.""

Sevginin kozmik bağlayıcı gücüyle hoşça olun.

Nil Gün

ÖNSÖZ

Endişelerle kuşatılmış bir çağda yaşayan bireyler olarak tek kazancımız var; o da yaşamın bizi kendimizi daha fazla tanımaya itiyor olması. Standartların ve değer yargılarının altüst olduğu bir dönemdeyiz ve toplumumuz Matthew Arnold'un deyimiyle "kim olduğumuz ve ne olmamız gerektiği" konusunda bize yol gösteremeyince geriye kendimizi aramak kalıyor. Dört yanımızı çeviren belirsizlik çemberiyle karşı karşıya kalmak "Acaba iç dünyamda sırtımı yaslayabileceğim bir dayanak var mı?" sorusunu sormak için yeterli bir mazeret.

Başkalarının bu durumu bir kazanım olarak görmediklerinin farkındayım. Genelde insanların kafasındaki soru "Böylesine parçalanmış bir dünyada ben nasıl iç bütünlüğümü sağlayabilirim?" biçiminde şekilleniyor. Ya da "Hiçbir şeyin belirli olmadığı bir zamanda kalıcı bir benlik bilinci oluşturmanın imkanı var mı?" diye merak ediliyor.

Tarihin bütün değerli şahsiyetlerinin de kafasını bu sorular meşgul etmiştir. Biz psikoterapistler sihirli cevabı bilemiyoruz. Hiç şüphe yok ki, derinlik psikolojisi dediğimiz alan içimizde bir yerlerde düşüncelerimizi, duygularımızı, davranışlarımızı belirlemekte ve kendimizi keşfetmekte çok yardımcı oluyor ama bireyin kendini anlayabilmesinde her canlının uzak durduğu bir yere yazarı sürükleyen değişik bir takım unsurlar rol oynuyor. Bu kitapta bu unsurların ne olduklarını aydınlatmaya çalışacağız.

Temelde bu unsurlar psikoterapi sırasında sorunlarını yenmeye çalışan insanlarla ilgili gözlemlerimizden çıkardığımız sonuçlardan ibaret. Bir psikoterapistin muayenehanesine gelen insanlar bu duvarlar arasında en derin ve özel ikilemlerini yeni bir bütünlük kazanabilmek için yaşarlar. İnsanı kendisine karşı kör kılan bunalımların işaretlerini göremeyen, çözümü kendi iç dünyalarında bulmalarını sağlayamayan terapistin kimseye bir faydası dokunmaz.

Bir zamanlar Alfred Adler Viyana'da kurduğu çocuklar okulu için "öğrencilerin öğretmenlere bir şeyler öğrettiği yer" tanımlamasını yapmıştı. Psikoterapide de böyledir. Hastalarım dediği insanlardan hayata dair en önemli noktaları öğrenen bir terapistin mesleğine minnettarlık duymadığını hiç sanmıyorum.

Ben kendimi ayrıca kendilerinden çok şeyler öğrendiğim meslektaşlarıma karşı da borçlu görüyorum. Kaliforniya'daki Mills College öğrencilerine ve öğretim üyelerine "Endişe Çağı'nda Bireysel Bütünlük" konulu dersimde bana verdikleri destekten ve gösterdikleri yakın ilgiden dolayı ayrıca teşekkür etmek isterim.

Bu kitap psikoterapiye bir alternatif olmadığı gibi, size ucuz ve bir gecede etkili olabilecek sihirli formüller sunan bir kılavuz kitap da değildir. Ama başka bir açıdan bakarsak, her kitap bireyi okudukları aracılığıyla zenginleştirmesi bakımından bir kılavuzdur. Umarım bu kitap da sizler için bu kategoriye girer.

Bu kitapta kişiliğin gizli kalmış yönlerine ait yepyeni psikolojik yaklaşımlar bulmakla kalmayacak, yüzyılların edebiyata, felsefeye ve ahlakbilime yansıyan bilgeliğine de ortak olacaksınız. Bizim amacımız çağımızın belirsizliğine karşı bizi ayakta tutacak, dirençli kılacak ve kendimize dayanak yapabileceğimiz değerler ve hedefler belirlemek ve bunu beraber başaracağız.

ROLLO MAY

BİRİNCİ BÖLÜM

BİZİM İKİLEMİMİZ

1

GÜNÜMÜZ İNSANININ YALNIZLIĞI VE ENDİŞESİ

Günümüzde insanların belli başlı ruhsal sorunları nelerdir? Savaş tehlikesi, ekonomik belirsizlik gibi insanları huzursuzluğa iten dış nedenleri incelediğimizde derinlerde hangi sürtüşmeleri buluyoruz? Geçmişte olduğu gibi içinde bulunduğumuz çağda da bireyler duydukları sıkıntıları mutsuzluk hissi, meslekleri ve evlilikleri hakkında karar verememe, hayatlarına hükmetmiş bir umutsuzluk ve anlamsızlık v.b. şeklinde tanımlıyorlar. Ama tüm bu belirtilere yol açan nedir?

Yirminci yüzyılın başlarında bu belirtilerin ortak nedeni olarak Sigmund Freud'un son derece detaylı bir şekilde değindiği konu gösteriliyordu. Freud'a göre birey, hayatın içgüdüsel ve cinsel yanlarını kabullenmekte çok zorlanıyor ve bunun sonucu olarak da cinsel dürtüler ve toplumsal tabular arasında kendi içinde bitmeyen bir çatışma yaşıyordu. Daha sonra 1920'lerde Otto Rank, bireyin psikolojik problemlerinin nedeninin aşağılık, yetersizlik ve suçluluk duyguları olduğunu ileri sürdü. 1930'larda ise ruhsal sorunların odak noktası tekrar başka bir noktaya kaydı: Karen Horney'in dikkatleri çektiği ortak payda, bireyler ve gruplar arasındaki 'kim kimden daha üstün' düşüncesinden doğan rekabete dayalı düşmanlıktı. Peki yirminci yüzyılın ortalarında sorunlarımızın kaynağı ne?

BOŞLUKTAKİ İNSANLAR

Kendi klinik deneyimlerime ve meslektaşlarımın gözlemlerine dayanarak yirminci yüzyılın ortasında bireyin esas probleminin 'boşluk' olduğunu söylemem size şaşırtıcı gelebilir. Bununla sadece insanların ne istediklerini bilmediklerini söylemeye çalışmıyorum; insanlar aynı zamanda ne hissettiklerini de pek anlayamıyorlar. Kendi kendilerini yönetememekten veya kararsızlıktan yakınmaya başladıkları zaman, bireylerin temel probleminin arzuları ve istekleri hakkında kesin bir deneyimlerinin bulunmayışı olduğu iyice belirginleşiyor. Acı veren bir güçsüzlük duygusuyla karışık oradan oraya atılmışlık fikrine esir düşüyorlar çünkü kendilerini anlamsız bir boşlukta hissediyorlar. Aşk ilişkileri hep hüsranla sonuçlanıyor, evlilik planları hep bozuluyor ya da eşlerinde aradıklarını bulamıyorlar. Bu şikayetler onları yardım aramaya itiyor ama çok geçmeden anlaşılıyor ki bu insanlar eşlerinin kendilerindeki eksiklikleri, boşlukları doldurmasını bekliyorlar ve bu gerçekleşmediğinde de ya sinirleniyorlar ya da sürekli kaygılı biri olup çıkıyorlar.

Bu bireylerin amaçları hakkında rahatlıkla konuştuğunu görebiliriz. Amaçları herkes gibi üniversiteden başarıyla mezun olmak, bir işe girmek, aşık olup evlenmek ve bir aile kurmaktır fakat kısa sürede kendileri bile bu isteklerin kendi arzuları değil, başkalarının -öğretmenlerin, anne-babaların, işverenlerin- beklentileri olduğunu fark ederler. Bundan yirmi yıl önce bu tür dışsal hedefler belki oldukça ciddiye alınacak konulardı ancak birey şimdi konuşurken bile ailesinin ve toplumun aslında ondan böyle bir şey talep etmediğini anlamaya başlamıştır. En azından teoride, ailesi ona daima kendi kararını özgürce verme hakkına sahip olduğunu defalarca söylemiştir. Daha da öte, birey toplumun belirlediği bu dışsal hedeflerin kendisine hiçbir yarar sağlamayacağının da bilincindedir artık. Yine de sorunu çözülmemiş, tersine daha da çetrefilli bir hal almıştır; hedefleri konusunda hiçbir inancı veya gerçekçi bir yaklaşımı yoktur. O, "başka insanların beklentilerini yansıtan bir aynalar topluluğu" dur sadece.

Önceki yıllarda, psikolojik yardım görmeye gelen birey ne istediğini ya da aradığını bilmediğini söylediğinde, aslında onun aradığının cinsel arzularının tatmini gibi son derece belirli ama kendine itiraf edemediği bir şey olduğunu düşünmek mümkündü. Freud her şeyi açıklıyordu; cinsel arzu oradaydı ve tek yapılması gereken beyni tüm baskılardan arındırarak bu arzunun bilinç üstüne taşınmasını sağlamaktı. Böylece zamanla hasta, gerçek hayatıyla uyumlu olarak arzularını tatmin edebilecekti. Ne var ki, Kinsey Raporu' nun da ortaya koyduğu gibi, günümüzde cinsel tabular eski katılıklarını kaybetmiş durumdalar. Diğer sorunlarını dile getirmeyen birçok insan cinsel arzularının tatmini için türlü yollar bulmakta zorlanmıyor. Şimdilerde insanların terapide dile getirdikleri sorunlar cinsellikteki kısıtlanmalardan çok kendilerinde hissettikleri yetersizliklerden kaynaklanıyor. Bazen iktidarsızlıktan, bazen ise partnerlerinin isteklerine cevap verecek kadar arzulu olmadıklarından yakınıyorlar. Başka bir deyişle, sorun artık toplumsal tabular veya seks hakkında suçluluk duyuyor olmaktan çıkıp, cinsel ilişkinin anlamsız, mekanik bir deneyim haline gelmesine doğru gidiyor.

Genç bir kadının gördüğü bir rüya, hep bahsettiğimiz "ayna" insanın ikilemlerini gözler önüne seriyor. Bu genç kadın cinselliğini son derece özgürce yaşayan biri. Sonunda evlenmeye karar veriyor ama hayatındaki iki adam arasında bir türlü seçim yapamıyor. Adamlardan biri kadının ailesinin de seve seve onaylayacağı türden orta sınıftan bir birey, diğeri ise kadının bohem ve sanatsal deneyimlerini paylaştığı bir entelektüel. Kadın, kararsızlık içinde bocaladığı ve ne tür bir hayat hayal ettiği veya nasıl bir insan olduğuna kesin bir yanıt bulamadığı günlerde hep aynı rüyayı görüyor: Büyük bir topluluk kadının hangi adamı seçmesi gerektiği konusunda oylama yapıyorlar. Kadın rüya boyunca bunun çok iyi bir çözüm olduğunu düşünerek kendini gayet rahatlamış hissediyor ama sorunu uyandığında ortaya çıkıyor çünkü kadın oyların kimin lehine çıktığını hatırlayamıyor.

İçinde yaşadığımız dönem bir savaş, askeri kriz, ekonomik değişim dönemi ve nereden bakarsak bakalım güvensizlik dolu bir gelecek her yanımızı çeviriyor. O yüzden bireyin kendini işe yaramaz bulmasını ve ne planlayacağını kestirememesini yadırgamamak gerekiyor. Ama tüm olayı böyle bir sonuca bağlamak son derece yüzeysel bir yaklaşım olur. İleride de göreceğimiz gibi, sorunlar çoğu zaman onlara neden olan olayların çok daha ötesine gidiyor.

Savaş, ekonomik dalgalanmalar, sosyal değişimler de yukarıda saydığımız psikolojik sorunlar da, aynı toplumsal durumu işaretliyorlar. Diğer bir okuyucu kitlesi başka bir soruya değinebilir: "Bazı insanlar kendilerini anlamsız bir boşlukta ve işe yaramaz hissedebilirler ama bu insanların çoğunluğu için geçerli olmayan nörotik bir sorun değil midir?"

Bu soruya şöyle bir cevap verebiliriz: Şundan emin olabilirsiniz ki, psikiyatrların ve psikoterapistlerin muayenehanelerini sık sık ziyaret edenler nüfusun profilini teşkil etmez. Çoğunlukla onların durumunda, toplumun alışılagelmiş kuralları işlemez. Bu şahıslar sıklıkla toplumun daha duyarlı ve daha yetenekli üyeleridirler. Yardıma muhtaçtırlar çünkü olayları rasyonel olarak değerlendirmek söz konusu olunca, tüm iç çatışmalarını her şeye adapte olarak yenmiş olan sıradan vatandaşa oranla pek başarılı olamamışlardır. 1890'larda Freund'un kapısını çalan insanlar tabii ki tipik Victoria dönemi insanını temsil etmiyorlardı. Etraflarındaki çoğunluk, geleneksel tabuların gölgesinde, cinselliğin iğrenç bir şey olduğuna ve mümkün olduğu kadar gizli kalması ilkesine inanarak hayatlarını sürdürmekteydi. Fakat Birinci Dünya Savaşı'nın sonunda, 1920'lerde, cinsel sorunlar aleni bir salgın haline geldi. Avrupa ve Amerika'daki hemen herkes şu veya bu şekilde cinsel arzuları ve toplumsal tabular arasında savaşmak zorunda kaldığı bir deneyim yaşadı. Freud'u ne kadar takdir edersek edelim, tüm bu gelişmelere onun araştırmalarının neden olduğunu düşünecek kadar saf ve yüzeysel düşünmememiz gerekir. Freud sadece bu gelişmeleri önceden tahmin etmiştir. Dolayısıyla toplumun psikolojik durumunu gösteren gerginlikler ve çatışmalar konusunda bize güvenilir kaynak sağlayabilecek kitle oldukça az insandan oluşmaktadır. Ciddiye alınması gereken bu kitledir; toplumda yakın gelecekte meydana gelebilecek her türlü karışıklık ve patlamanın habercisi de bu kitle olacaktır.

Sosyal insanın içinde bulunduğu boşluğu teşhis ettiğimiz yer şüphesiz sadece psikoterapistlerin konsültasyon odaları değildir. İnsanların içinde yaşadığı boşluğun toplumu birçok değişik açıdan etkilediğini gösteren sosyolojik veriler hayli lamsız, mekanik bir deneyim haline gelmesine doğru gidiyor.

Genç bir kadının gördüğü bir rüya, hep bahsettiğimiz "ayna" insanın ikilemlerini gözler önüne seriyor. Bu genç kadın cinselliğini son derece özgürce yaşayan biri. Sonunda evlenmeye karar veriyor ama hayatındaki iki adam arasında bir türlü seçim yapamıyor. Adamlardan biri kadının ailesinin de seve seve onaylayacağı türden orta sınıftan bir birey, diğeri ise kadının bohem ve sanatsal deneyimlerini paylaştığı bir entelektüel. Kadın, kararsızlık içinde bocaladığı ve ne tür bir hayat hayal ettiği veya nasıl bir insan olduğuna kesin bir yanıt bulamadığı günlerde hep aynı rüyayı görüyor: Büyük bir topluluk kadının hangi adamı seçmesi gerektiği konusunda oylama yapıyorlar. Kadın rüya boyunca bunun çok iyi bir çözüm olduğunu düşünerek kendini gayet rahatlamış hissediyor ama sorunu uyandığında ortaya çıkıyor çünkü kadın oyların kimin lehine çıktığını hatırlayamıyor.

İçinde yaşadığımız dönem bir savaş, askeri kriz, ekonomik değişim dönemi ve nereden bakarsak bakalım güvensizlik dolu bir gelecek her yanımızı çeviriyor. O yüzden bireyin kendini işe yaramaz bulmasını ve ne planlayacağını kestirememesini yadırgamamak gerekiyor. Ama tüm olayi böyle bir sonuca bağlamak son derece yüzeysel bir yaklaşım olur. İleride de göreceğimiz gibi, sorunlar çoğu zaman onlara neden olan olayların çok daha ötesine gidiyor.

Savaş, ekonomik dalgalanmalar, sosyal değişimler de yukarıda saydığımız psikolojik sorunlar da, aynı toplumsal durumu işaretliyorlar. Diğer bir okuyucu kitlesi başka bir soruya değinebilir: "Bazı insanlar kendilerini anlamsız bir boşlukta ve işe yaramaz hissedebilirler ama bu insanların çoğunluğu için geçerli olmayan nörotik bir sorun değil midir?"

Bu soruya şöyle bir cevap verebiliriz: Şundan emin olabilirsiniz ki, psikiyatrların ve psikoterapistlerin muayenehanelerini sık sık ziyaret edenler nüfusun profilini teşkil etmez. Çoğunlukla onların durumunda, toplumun alışılagelmiş kuralları işlemez. Bu şahıslar sıklıkla toplumun daha duyarlı ve daha yetenekli üyeleridirler. Yardıma muhtaçtırlar çünkü olayları rasyonel olarak değerlendirmek söz konusu olunca, tüm iç çatışmalarını her şeye adapte olarak yenmiş olan sıradan vatandaşa oranla pek başarılı olamamışlardır. 1890'larda Freund'un kapısını çalan insanlar tabii ki tipik Victoria dönemi insanını temsil etmiyorlardı. Etraflarındaki çoğunluk, geleneksel tabuların gölgesinde, cinselliğin iğrenç bir şey olduğuna ve mümkün olduğu kadar gizli kalması ilkesine inanarak hayatlarını sürdürmekteydi. Fakat Birinci Dünya Savaşı'nın sonunda, 1920'lerde, cinsel sorunlar aleni bir salgın haline geldi. Avrupa ve Amerika'daki hemen herkes şu veya bu şekilde cinsel arzuları ve toplumsal tabular arasında savaşmak zorunda kaldığı bir deneyim yaşadı. Freud'u ne kadar takdir edersek edelim, tüm bu gelişmelere onun araştırmalarının neden olduğunu düşünecek kadar saf ve yüzeysel düşünmememiz gerekir. Freud sadece bu gelişmeleri önceden tahmin etmiştir. Dolayısıyla toplumun psikolojik durumunu gösteren gerginlikler ve çatışmalar konusunda bize güvenilir kaynak sağlayabilecek kitle oldukça az insandan oluşmaktadır. Ciddiye alınması gereken bu kitledir; toplumda yakın gelecekte meydana gelebilecek her türlü karışıklık ve patlamanın habercisi de bu kitle olacaktır.

Sosyal insanın içinde bulunduğu boşluğu teşhis ettiğimiz yer şüphesiz sadece psikoterapistlerin konsültasyon odaları değildir. İnsanların içinde yaşadığı boşluğun toplumu birçok değişik açıdan etkilediğini gösteren sosyolojik veriler hayli fazladır. David Riesman aynı boşluk hissini mükemmel bir analizin sonunda günümüz Amerikan vatandaşında yakalamıştır. Riesman, Birinci Dünya Savaşı öncesinde tipik Amerikalının 'iç dünyasıyla yönlenmiş' bir birey olduğunu savunur. Savaş öncesi yıllarının Amerikan toplumunda birey, kendisine öğretilen tüm standartları benimsemiş, Victoria dönemini yansıtan bir ahlak anlayışıyla bezenmiştir. Bu bireyin kaynağını dış dünyadan alan güçlü emelleri ve hayalleri vardır ve adeta iç dünyasına yerleştirilmiş bir çark sayesinde ruhsal dengesini koruyabilmektedir. Psikanalitik anlamda 'baskı altında ve güçlü bir süper ego tarafından yönetiliyor' şeklinde tanımladığımız insan tipi budur.

Fakat günümüz Amerikalısı, Riesman'a göre, 'dış dünyayla yönlenmiş' bir birey olmuştur artık. Dikkat çekecek kadar farklı olmayı değil, toplumun içinde kaybolacak kadar uyumlu biri olmayı tercih etmektedir. Davranışları, sürekli başkalarının beklenti ve isteklerini sayıklayan, kafasına bağlanmış bir radarla yönetiliyor gibidir. Bu tip insan, tıpkı 'ayna' insan örneğinde olduğu gibi, tüm hedef ve talimatları başkalarından alır. Bu talimatlara uyabilir ancak talimatlar arasından hangisine uymak istediğinin seçimini yapamaz. Kendine ait hiçbir motivasyon gücü kalmamıştır.

Burada ne bizler ne de Riesman, Victoria döneminin sonlarında yaşamış, 'iç dünyalarının yönlendirdiği' insanlara karşı derin bir hayranlık beslemekteyiz. O insanlar güçlerini dışsal nedenleri kendi iç dünyalarında eriterek, mantıklarını iradelerinden ayırarak ve de duygularını baskı altında tutarak kazanmışlardı. Onlar iş dünyası için biçilmiş kaftandılar; tıpkı yirminci yüzyılın demiryolu imparatorları ve endüstri devlerinin yaptığı gibi bu tipler de, borsayı ya da kömür madenlerini idare edercesine insanları idare etmeyi de o kadar

iyi başarıyorlardı. Makine çarkı benzetmesi onların denge mekanizmasını doğrudan tarif etmesi açısından oldukça iyi bir semboldür. William Randolph Hearst buna iyi bir örnektir : Hearst muhteşem bir servete ve toplumda olağanüstü bir güce sahipti ama bu çelik görüntüsünün altında özellikle ölüm konusunda o denli büyük kaygıları vardı ki, bulunduğu ortamda "ölüm" lafının geçmesine asla izin vermezdi.

Çarkların ayakta tuttuğu bu adamlar çocukları üzerinde korkunç bir otorite sahibiydiler. Katıydılar, dogmalardan kopamıyorlardı ve daha da önemlisi öğrenmeye ve gelişime kapalıydılar. Benim düşünceme göre, bu adamlar, toplumdaki bazı davranış biçimlerinin çökmeden önce nasıl kristalleşecek kadar katılaştığını gözler önüne sermektedir. "Çelik Adam"ların devamında nasıl bir "boşluk" döneminin hüküm süreceğini kestirmek şimdi fazla zor olmasa gerek; söküp atın onların çarklarını ve geriye kalan "boş" adamı görün.

"Çelik Adam"ların ölümünün ardından gözyaşı dökmek çok zor. İnsanın içinden onların mezar taşına şunları yazmak geliyor:

" Dinozor gibiydi; değişim yeteneğinden yoksun bir gücü, öğrenme yeteneğinden mahrum bir iradesi vardı." On dokuzuncu yüzyılın bu son temsilcilerini anlamaya çalışırken temel aldığımız değer yargısı, onların sahte iç dengelerine ve tutarlılıklarına kanmamamız gerektiğidir. Eğer onların ruhsal güç kazanma metodunun ne kadar etkisiz ve bütünselliğe ulaşmaktan ne kadar uzak olduğunu net bir şekilde görebilirsek, kendi içimizde yeni bir dayanak arayışımız da o kadar hızlanacaktır.

Aslına bakacak olursak, toplumumuz "Çelik Adam"ların katı kurallarının yerine koyacak yeni bir şeyler bulabilmiş değildir. Riesman, 'dış dünyayla yönlenmiş' diye adlandırdığımız bireylerin günümüzde pasif ve duygusuz davranış biçimleri sergilemek suretiyle kimliklerini açığa vurduklarına değinmektedir. Gerçekten de bugünün genç insanları en mükemmele ulaşmak, herkesten üstün olmak türünden hırsları bir kenara itmiş gözükmektedirler. Böyle fikirleri olanlar bile bunu bir suç gibi algılamaktadırlar ve atalarından miras kaldığına inandıkları bu "kötü" ülkülerden duydukları utancı her an dile getirmeye hazırdırlar. Tek istedikleri arkadaş grupları içinde, hiç fark edilmemek pahasına da olsa, kabul görmek ve grubun bir parçası olmaktır. Genel hatlarla inceleyecek olursak bu sosyolojik tablo, bireyleri araştırırken karşımıza çıkan psikolojik tabloya şaşılacak derecede benzerlik göstermektedir.

Orta sınıfın büyük bir çoğunluğunun yaşamaya başladığı boşluk hissi, bundan on-yirmi yıl önce bir şehir dışı psikozu olarak algılanan ve üzerinde fazla durulmayan bir konuydu. Ne de olsa klasik anlamda "boş" bir hayatın en iyi özetini bize şehir dışında yaşayan insan verebilir. Bu insancık, her sabah aynı saatte kalkar; aynı trene biner; ofiste aynı işi yapar; aynı yerde öğle yemeği yer; hep aynı garsona bahşiş bırakır; aynı trenle geri döner; genelde iki ya da üç çocuk sahibidir; biraz bahçe işleriyle uğraşır; tatil olarak yılda iki haftasını hiç hoşlanmadığı yerlerde geçirir; Noel'de ve Paskalya'da kiliseye gider ve altmış beş yaşında muhtemelen bastırılmış nefret duygularının neden olduğu bir kalp krizinden ölene dek aynı monoton ve mekanik hayatı sürdürür. Ben yine de içten içe, bu insanın can sıkıntısından öldüğünden şüpheleniyorum.

Ne var ki içinde bulunduğumuz dönemde bu boşluk hissinin ve önlenemez can sıkıntısının pek çok insan için çok

ciddi boyutlara ulaştığını görüyoruz. Kısa süre önce New York gazetelerinde oldukça merak uyandırıcı bir haber yayınlandı: Bronx'ta bir otobüs şoförü hiçbir sebep olmaksızın boş otobüsüyle gezerken birkaç gün sonra Florida'da polis tarafından durdurulmuştu. Şoför, her gün aynı yolu gidip gelmekten bıktığını bu yüzden kısa bir yolculuğa çıkmaya karar verdiğini söylüyordu. Şoför Bronx'a getirilirken gazetenin haberinden anlaşıldığı kadarıyla otobüs şirketi şoförü cezalandırıp cezalandırmamak konusunda kararsız kalmıştı. Şoför geri döndüğünde bir halk kahramanı gibi karşılanmıştı; büyük bir kalabalık "Hoş geldiniz" demek için onu bekliyordu. Hatta şirketin adama herhangi bir ceza verilmeyeceğini ve böyle bir olayın tekrarlanmaması koşuluyla da işine devam edebileceğini açıklamasıyla Bronx'ta pek çok kutlama düzenlenmişti.

Bronx'un gayet metropoliten bir kesiminde yaşayan aynı zamanda da tipik orta sınıf değer yargılarını temsil eden insanların gözünde basit bir otobüs hırsızı gibi gözüken bu şoförü kahraman yapan neydi? Üstelik bu şoför yerine getirmesi gereken hizmeti de aksatmıştı. Ama bu şoförün işi her gün aynı blokları dolaşıp her gün aynı duraklarda durmaktı ve yaptığı iş tipik orta sınıf insanının rutin iş hayatını çok andırıyordu. O halde şoförün bu alışılmadık davranışı da hayatlarının tekdüzeliğinden bunalmış Bronx'lu insanların en büyük ihtiyacını simgelemiyor muydu? Bu olay bize Paul Tillich'in yaklaşık yarım asır önce Fransız burjuvazisiyle ilgili açıklamalarını hatırlatıyor. Fransız burjuvazisinin içinde hapsolduğu mekanikleşmiş ticari ve endüstriyel döngünün de tek kaçamağı burunlarının dibinde onları bekleyen bohem hayat tarzının sunduklarıydı. Boşlukta yaşayan bireyler hayatın monotonluğuna ancak nadiren yapabildikleri çılgınlıklarla katlanabilirler ya da en azından başkalarının çılgınlıklarında kendilerini bulurlar.

Toplumsal grupların bazıları "boşluk" hissini "uyumluluk" kılığına sokarak aranılan bir özellik olarak göstermek çabasındadırlar. Böylesine bir çabaya en net haliyle Life Dergisi'nde "Eş Sorunu" başlığıyla yayınlanan makalede tanık oluyoruz. Fortune Dergisi'nin büyük şirket yöneticilerinin eşlerinin sosyal rolleriyle ilgili yaptığı bir dizi araştırmanın sonuçlarını özetleyen makalede, yöneticilerin terfi olanaklarının, hanımlarının belirlenmiş bir 'yönetici eşi' modeline uyup uymamasıyla belirlendiği vurgulanıyor. Bakanların veya dini liderlerin eşlerinin kilise komisyonlarınca soruşturulduğu günler geride kaldı artık. Şimdilerde holding müdürlerinin eşleri bazen gizlice bazen ise açık açık tepeden tırnağa inceleniyorlar, hatta belki de şirketin satın aldığı hammaddenin tabi tutulduğu kalite kontrol testlerinin daha detaylısı bu eşler üzerinde uygulanıyor. Sosyalliğin doruğunda, fazla entellektüel ya da göze batacak bir yanı bulunmayan, hassas antenleri (işte bakın yine radar olayına döndük!) sayesinde olabildiğince farklı durumlara adapte olmaya hazır bayanlar aranıyor her yerde.

İlginç olan, eşin iyilik veya uygunluk düzeyinin yaptığı değil de yapmadığı şeylerle ölçülüyor olmasıdır. Kocası eve işten geç geldiğinde hiç yakınmaması, kocasının bir iş transferi söz konusu olduğunda dırdır etmeyi aklından bile geçirmemesi, tepki çekebilecek herhangi bir faaliyete katılmaması bir eşe daima olumlu puan kazandıracaktır. Dolayısıyla eşin başarısı, kendi yeteneklerini etkin olarak kullanmasında değil, ne zaman ve nasıl pasif olunacağını biliyor olmasında yatıyor duruma gelmiştir. Her şey bir yana, Life'ın diğer tüm kurallardan daha gerekli gördüğü temel prensip, 'Gereğinden fazla mükemmel olmayın.' ilkesidir. Komşulardan hiçbir şekilde aşağı kalmamak hala çok önemlidir. Geçmişte, aslında komşunuzdan hatırı sayılır derecede daha ileride olun anlamı veren bu olgu, şimdi ise sadece ve sadece komşunuzdan aşağı kalmayın mesajını öğütlemektedir. Komşunuzu ne olursa olsun geçmek mi istiyorsunuz? O halde lütfen zamanlamanızın eşsiz olmasına ayrı bir özen gösterin. Ne de olsa eninde sonunda eşin kimlerle görüşeceğinden nasıl bir araba kullanacağına, ne okuyacağından ne yiyip içeceğine kadar her şeyi şirket belirlemektedir. Bütün bu kısıtlamaların karşılığında ise holding, çalışanlarını tatile yollayarak, onlara ek sosyal güvenlik ve sigorta vererek bir anlamda elemanlarının bakımını üstlenmiştir. Life Dergisi, "Şirket" kavramının George Orwell'in "1984" adlı romanındaki diktatörlüğü simgeleyen "Büyük Ağabey"e benzemeye başladığını da ayrıca belirtmektedir.

Fortune Dergisi editörleri buldukları sonuçları 'biraz ürkütücü' olarak nitelendiriyorlar. "Gördüğümüz kadarıyla kayıtsız şartsız kalıplara uyma ilkesi zihinlerde din kavramına yakın bir yerlere getirilmeye çalışılıyor... Belki de Amerikan toplumu dizgin tanımayan birbiriyle geçinme dürtüsüyle bir diktatörün tebaası olmasa da yavaş yavaş bir karınca klanı olmaya doğru gidiyor...."

Anlamamız gereken, geçmiş yıllarda gülüp geçilen, anlamsız olarak algılanan bu boşluk hissinin zamanla basit bir can sıkıntısı olmaktan çıktığı ve özünde büyük tehlikeler taşıyan bir umutsuzluk dalgası haline geldiğidir. New York'taki lise öğrencileri arasında uyuşturucu bağımlılarının sayısının hızla artması, kesinlikle, ergenlik çağına gelmiş gençlerin orduya katılmak ya da belirsiz bir ekonomik düzen dışında başka bir gelecek beklentileri olmayışından kaynaklanmaktadır. Üstelik bu gençlerin hayatlarıyla ilgili hiçbir olumlu ve yapıcı amacı yoktur. Birey kendini anlamsız, sıradan ve boş hissetmeye çok uzun bir süre dayanamaz. Eğer herhangi bir aktiviteye doğru kaymaya başlamamışsa, kısa zamanda ruhsal devinimi korkunç boyutta yavaşlar; var olan potansiyel yerini boş vermişlik ve umutsuzluğa bırakır. Durum böyle olunca da yıkmaya ve yok etmeye dayalı davranışlar kaçınılmaz sonu oluşturur.

Boşluk hissinin psikolojik kaynağı nedir? Bireydeki boşluk hissi, bireyin "boş" veya her tür duygusal potansiyelden yoksun olduğu anlamına gelmez. İnsan sürekli şarj edilmesi gereken bir akü değildir, onun için ondan statik anlamda "boş" ya da "dolu" diye söz edilemez.

Bizim üzerinde durduğumuz boşluk hissi kaynağını bireyin yaşamıyla ilgili hiçbir şey yapamayacak kadar kendisini güçsüz bulmasından alır. Ruhsal boşluk dediğimiz şey bir birikimin sonucudur. Birey kendine karşı şartlanır; kendi geleceğini yönlendiremeyeceğine inanır öncelikle. Ne başkalarının davranışları, ne etrafındaki dünya ne de kendi hayatı kontrolü dahilindedir onun kafasında. Yani boşluk, bir anlamda, şartlanma birikimlerinden elimize kalandır. En sonunda isteklerinin ve arzularının önemi kalmaz ve her şeyden bir anda vazgeçer. Kayıtsızlık ve duygusuzluk aslında endişelere karşı oluşturulmuş bir savunma mekanizmasıdır. Eğer birey devamlı aşamayacağı problemlerle yüz yüze geliyorsa, deneyeceği son savunma metodu, yaklaştığını fark ettiğinde bile tehlikeyi umursamamak olacaktır.

Çağımızın dikkatli öğrencileri bu gelişmeleri ilk fark eden grup olmuştur. Erich Fromm modern çağ insanının yaşamına ahlak kurallarının veya kilise otoritesinin değil kamuoyunun görüşleri gibi 'anonim güçlerin' hükmettiğini savunmaktadır. Hükmeden güç kendi içinde toplumsaldır fakat o toplumu oluşturanlar da başkalarının beklentilerini anlamak için radarlarını sürekli açık tutan bireylerdir. Life Dergisinde adı geçen şirket yöneticisi -ve de karısı- en üst mevkiye ulaşmışlardır çünkü kamuoyunun isteklerini başarıyla yerine getirmişlerdir. Kamuoyu toplumun birer kölesi haline gelmiş bütün Harry'lerden, Tom'lardan, Mary'lerden ve Dick'lerden oluşur. Riesman, toplumun aslında bir hayaletten yahut var olduğu sanılan bir canavardan korktuğuna değinir. Korktuğumuz, bizlerden meydana gelmiş anonim bir otoritedir ama onu oluşturan bizlerin, kendi içimizde bireysel bir mekanizma mevcut değildir. Hatta uzun vadede toplu halde kendi boşluk hissimizden korktuğumuz dahi söylenebilir.

Demek oluyor ki, bizler de bireyi esir alan boşluk duygusundan ve kayıtsız şartsız kuralları kabullenmekten korkmakta en az Fortune'un editörleri kadar haklıyız. Sadece, Avrupa'nın topluca içinde bocaladığı ahlaki ve duygusal boşluğun bundan yirmi-otuz sene evvel faşist diktatörlere nasıl açık davetiye çıkardığını hatırlamamız yeterlidir.

Ortadan kalkması için bir şey yapılmadığı takdirde, bu ruhsal boşluk ve güçsüzlük bireye acı çektiren bir iç sıkıntısı halini alarak kronikleşecek ve esas tehlike insan doğasının en mükemmel nitelikleri birer birer yok olmaya başladığında varlığını kanıtlayacaktır. Önceden de değindiğimiz gibi, sonuçlar çok ürkütücüdür: Birey ruhsal açıdan ya tam bir çöküntüye girecek ya da yok etmeye programlanmış otoriter bir düzene teslim olacaktır.

YALNIZLIK

Günümüz insanının diğer bir karakteristik özelliği ise yalnızlıktır. Büyük bir çoğunluk yalnızlığı her şeyin dışında kalma, dışa itilme ya da ortamda olup bitene yabancı kalma türünde benzetmelerle tarif etmektedir. Çoğunlukla bir partiye veya yemeğe davet edilmenin onlar için ne denli önemli bir şey olduğundan bahsettiklerini görüyoruz. Partiye ya da yemeğe çağrılmak, ne ille de bir partiye gitmek istediklerinden (yine de çağrıldıklarında gittiklerini gözlemliyoruz) ne de arkadaş ortamı ve de eğlence aradıklarından (ki genelde de eğlenmeyip sıkılıyorlar) bu denli önemli bir olay oluyor. Esas neden, çağrıldıklarında dünyada yalnız olmadıklarını hatırlayıp mutluluk duymalarında yatıyor. Yalnızlık pek çok birey için o kadar ürkütücü bir tehdit ki, birçokları için ara sıra kendiyle baş başa kalmak, hatta evde tek başına olmak bile inanılmaz derecede tedirgin edici olabiliyor. "Yapayalnız olduğunu fark etmekten korkan o kadar çok insan var ki," diyor André Gide, "en sonunda kendilerini bulmaya hiç uğraşmıyorlar."

Yalnızlık ve boşluk her zaman yan yanadır. Sevgilileriyle yaşadıkları ilişki şu veya bu nedenden sona erdiğinde insanların hissettiği, üzüntü ya da bir seferden eli boş dönmüş olmanın verdiği aşağılanma hissi değildir. Onlar genelde hiçbir şey hissetmediklerini anlatırlar; işte boşluk yine buradadır. Sevdiğini kaybetmek insanın iç dünyasında 'esneyen bir kara delik' etkisi bırakır.

Yalnızlıkla boşluk arasındaki yakın ilişkinin nedenlerini keşfetmek hiç zor değildir. Birey iç dünyasında neler olduğunu tam olarak bilemediği zamanlarda çareyi etrafına bakınıp başka insanlarla bağlantı kurmakta arar. Bu öylesine sarsıcı bir dönemdir ki, birey şimdiye dek yol gösterici olduğuna inandığı şeylerin kendini yönlendirmesi veya öz güvenini tekrar kazanması söz konusu olunca hiç işe yaramadığına inanmaya başlar. Diğer insanlar onun için bir umuttur. O, bu insanların yol gösterebileceğini, en azından korkularında yalnız olmadığını kanıtlayacaklarını umar. Gördüğümüz gibi, yalnızlık ve boşluk aynı endişe halinin değişik iki aşamasıdırlar.

Hiroşima'ya ilk atom bombası atıldığında hepimizi alabora eden, o son nesil olabileceğimize dair korkuyu hatırlıyorsanız, onu takip eden ne düşüneceğimizi bilememe endişesini de unutmamış olmalısınız. O anda milyonlarca insanın olaya ilk tepkisinin garip, derin bir yalnızlığa kapılmak oluşu yeterince ilginçti. Norman Cousins "Çağımız insanı işe Yaramıyor" başlıklı denemesinde, dönemin entelektüellerinin o tarihi ana ait en derin tepkilerini aktarmaya çalışırken, atomik radyasyondan korunma yollarını anlatmadığı gibi insanoğlunun nasıl kendi yok oluşunun senaryosunu yazdığını da vurgulamıyordu. Cousins'in yoğunlaştığı tema yalnızlıktı. "İnsanoğlunun bütün geçmişi," diyordu Cousins, "yalnızlığını parçalayıp yok etme gayretinden ibarettir."

Yalnızlık, bireyin korkuları ve boşluk duygusuyla birlikte ortaya çıkar. Bu duyguların nedeni ne salt korunma ihtiyacı ne de bireyin içindeki anlamsızlığı başkalarıyla doldurma gayretidir. Birey her ne kadar kaygılandığında yanında başka bir insanın varlığını arasa da, esas neden, bir birey oluşunun temelinde diğerleriyle olan bağlantıların bulunmasıdır. Bireyin yalnız kaldığında öz varlığını da kaybetmekten korkmasına yol açan etken de budur. Biyososyal bir memeli olan insan, uzun süren çocukluk dönemi boyunca anne ve babasına bağımlıdır. Onlar sayesinde hem güven duygusunu tadar, hem de ileride yaşamla yüzleşmesini sağlayacak benlik bilincini kazanır. Bu önemli noktalara ileriki bölümlerde daha detaylı olarak değineceğimiz için burada yalnızca şuna açıklık kazandırmak istiyoruz: Birey hayatla yüzleşebilmek adına diğer insanlarla ilişki halinde olmaya ihtiyaç duyar. Varlığını sürekli hissettiği yalnızlığın bir parçasını da bu gerçek teşkil eder.

Yalnızlık ve itilmişlik duygusunun ortaya çıkmasındaki göz ardı edilmemesi gereken diğer bir etken, toplumsal anlamda kabul görmenin bizim kültürümüzde son derece sarsılmaz bir önceliği oluşudur. Toplum tarafından kabul görmek endişelerimizi azaltır, prestijimizi belirler. Bu da demek oluyor ki her zaman aranan birisi olarak ve asla yalnız kalmayarak diğerlerine zaferimizi kanıtlamak durumundayız. Eğer toplumda seviliyorsak yani sosyalleşmede başarılı olmuşsak, yalnız kalacağımız zamanlar çok nadir olacak demektir. Başka seçeneğimiz yoktur çünkü cemiyet tarafından istenmeyen insan damgasını yemek yarışı baştan kaybetmekle eş anlamlıdır. "Çelik Adamlar"ın döneminde itibar görmenin başlıca şartı belli bir ekonomik güce ulaşmış olmaktı. Günümüzde ise, toplum tarafından sevilmenin ilk şart olduğuna ve ekonomik güç ve şahsi saygınlığın ancak bu şekilde kazanılabileceğine inanılıyor. Arthur Miller'in ünlü oyunu "Satıcının Ölümü"nde Willie Loman'ın oğullarına öğüdü hep sevilen birer insan olmaya gayret etmeleridir; böylece hayatta hiçbir şeyi istemelerine gerek kalmayacak, her şey ayaklarına gelecektir.

Çağımız insanının yalnızlığının öbür yüzünde tek başına olmaktan duyulan korku vardır. Bizim kültürümüzde bireyin yalnız olduğunu dile getirmesi yadırganmaz. Yalnızlığı dile getirmek, tek başına olmanın kötü bir şey olduğunun açıkça itiraf edilmesidir sadece.

Bazen 'her şeyden biraz olsun uzaklaşmak' için kendi köşesine çekilmek isteyen bireyi çevremiz hoşgörüyle karşılar.

Ancak bir partide tek başına olmaktan zevk aldığını söyleyene garip bir yaratıkmış gözüyle bakılır. Zamanının büyük bölümünü tek başına geçiren insanların toplumun terazisinde defolu bir maldan farkı yoktur. Toplumda yerleşmiş kanılar, tek başına olmayı istemenin bir tercih meselesi olabileceğini asla kabul etmez. Zira, tek başına kalmaya mecbur olanlar sadece 'hayatta kaybedenler'dir.

Çeşitli yerlere davet edilmek, başkalarının çağrılarımızı kabul etmesi, en çok ihtiyaç duyduğumuz şeylerden biridir. Hep istediğimiz şey randevu defterimizde tek boş anın olmamasıdır. Burada arzuladığımız, başkalarıyla sohbet etmek, insanlarla fikir alışverişinde bulunmak ya da sıcak bir ortamda rahatlamak değildir. İçimizden bazıları bu gerçeğin farkındadırlar ve bir yere davet edildiklerinde 'Maalesef gelemeyeceğim.' diyebilmeyi her şeyden fazla isterler ama davet edilme şansı da reddedemeyecekleri bir şeydir. Bilirler ki, davetlere sürekli geri çevirenler er ya da geç artık hiçbir yere çağrılmaz olurlar. İşte bilinçaltından kafasını uzatan o sinsi korku, tamamen dışlanma endişesidir.

Hemen hemen tüm tarih boyunca insanlar yalnızlıktan kaçmaya çalışmışlardır. On yedinci yüzyılda, ünlü Fransız matematikçi ve filozof Pascal, yaptığı gözlemlere dayanarak insanların kendilerinden uzaklaşabilmek amacıyla pek çok değişik faaliyete yöneldiklerini savunmuştur. Kierkegaard ise yüz yıl önce kaleme aldığı eserlerinde insanların gürültülü eğlencelere dalarak kendi yalnızlığını unutmaya çalışmasını, Amerika'nın dağlık bölgelerinde yırtıcı hayvanların ateşle veya bağırışlarla uzaklaştırılmasına benzetir. Geçmişle bugün arasındaki tek fark yalnızlık korkusunun daha yaygın, savunma mekanizmalarının ise daha katı hale gelmiş olmasıdır.

Şimdi beraberce biraz uç ama aslında çok da garip olmayan bir örneği inceleyelim. Tatil beldelerinde bireylerin hissettiği yalnızlığı anlatan izlenimsel bir resim yaratmaya çalışın kafanızda. Herkesin tatilin tadını çıkardığı, insanların sığınmak için iş yerlerine kaçamayacakları tipik bir tatil yöresi hayal edin. Bu insanların her gün düzenli olarak -aynı bireylerle aynı konulardan bahsediyor olsalar bile- kokteyllere ve partilere katıldığını özellikle hatırlatmak istiyorum. Partilerde nelerden bahsedildiğinin önemi yok. Önemli olan, konuşmaların hiç kesilmeden devam etmesi. Sessizliğin bir suç olduğunu aklınızdan çıkarmayın. (Unutmayın, sessizlik ürkütücüdür ve yalnızlığı çağrıştırır.) Hayal ettiğiniz ortamda hiç kimse gereğinden fazla bir şeyler hissetmemeli ve söylediklerine bir anlam yüklemeye çalışmamalı. (Ne hakkında konuştuğunuzu bilmediğinizde söylediklerinizin daha etkili hale geldiğini göreceksiniz.) Ortama ne olduğu belirsiz, herkesin bir şeylerden korktuğuna dair bir his hakim olsun. Nedir bu korkulan şey? Bu insanlar bir tanrıyı ya da bir canavarı yatıştırmaya uğraşıyor gibiler. Yatıştırmaya çalıştıkları, bir sis gibi etrafa yayılan yalnızlığın hayaletidir. Orada bulunan herkes, sabah yataktan kalktığında bu hayaletle yüz yüze gelmiştir ve o andan itibaren bir kaçış içindedir. Daha da ileri götürecek olursak, yatıştırmaya çalıştıkları ölümün görünmez yüzüdür. Ölüm, en mutlak ayrılık, en sonsuz yalnızlık ve en kesin dışlanmadır.

Yukarıdaki örneğin biraz uç olduğunu itiraf ediyorum. Genelde günlük deneyimlerimizde yalnızlığın nefesini bu denli yoğun hissetmeyiz. Hepimizin yalnızlık fikrini kafamızdan atmak için geliştirdiğimiz metotlar vardır ve bunlar sayesinde yalnızlık korkumuz, ara sıra canımızı sıkan ve uyanır uyanmaz unutmaya şartlandığımız birkaç kabus dışında pek ortaya çıkmaz. Ancak ne olursa olsun, konunun özü hiç değişmez. Yalnızlık, falancanın partisine çağrılmadığımızda ya da bize eskiden ne kadar popüler olduğumuz hatırlatıldığında beynimizden belli belirsiz geçen o düşüncelerde gizlidir. Eğer bizler, yirminci yüzyılın dürüst bireyleri olarak gözlerimizi kendimize doğrultursak, binlerce maskenin altında en yakın dost olarak terk edilmişliğimizi bulmaz mıyız?

'Benlik bilincini yitirmek', tek başına olmanın getirdiği temel kaygıdır. İnsanlar yanlarında hiç kimse ve hiçbir şey bulunmaksızın uzun süre tek başlarına kalma fikrine yoğunlaştıklarında, ne olacağı belirsiz bir sona yaklaştıklarını hissederler. İnsanların bazen uzun süre tek başlarına olmaları durumunda, çalışamayacaklarını ve yorulmalarına neden olacak bir iş yapamayacaklarını; dolayısıyla da uyumalarının da imkansız olacağını belirtmeleri ilginçtir. İnsanlar ayrıca, uyku ile uyanıklık hali arasında bocalayacaklarını, dolayısıyla da öznel benlikleri ile nesnel dış dünya arasındaki ayrımı da kaybedeceklerini tahmin etmektedirler.

Bireyin kendi varlığı ile ilgili olarak edindiği izlenimler, başkalarının onun için düşündükleri ve söylediklerinin bir sonucudur. Bu hemen hemen herkes için böyledir. Fakat bazı insanlar için, kendi varlıkları o denli başkalarına bağlıdır ki bu bireyler, başkaları etrafta olmadığı takdirde benliklerini tamamen yitireceklerine inanırlar. Kumun üzerinde her yöne doğru yayılan dalgalar gibi, kişilik olgularının da darmadağın olacağına kesin gözüyle bakarlar. İster inanın ister inanmayın, aslında pek çok insan bir anlamda kördür: Yollarını ancak çevrelerindeki birçok nesneye dokunarak bulabilirler.

En uç boyutuyla ele alacak olursak, kendi benliğini yitirme korkusu, gerçeklerden koparak ruhsal bir bunalıma girme korkusuyla aynıdır. Ciddi şekilde bunalımın eşiğine gelmiş bireyler acilen başka insanlarla bağlantı kurma zorunluluğu duyarlar. Gerçek dünyaya tekrar dönüş yapabilmenin en güvenilir yolu da budur zaten.

Ne var ki bizim burada açıklığa kavuşturmaya çalıştığımız kavramların çıkış noktalarının daha değişik olduğunu görüyoruz. Dört asır boyunca rasyonel, mekanik ve aykırılığı reddeden bir düşünce sistemiyle eğitilmiş Batılı bireylerin en büyük çabası, kişiliklerinin bu düşünce sistemine uymayan yanlarını sergilemek olmuştur. Modern çağ insanı iç dünyasında onu çepeçevre saran boşluğun kesinlikle farkına varmıştır. Bu yüzden, her zamanki tanıdıklarının yanında olmaması, günlük programını unutması, işlerinin tekdüze döngüsünden çıkması veya zaman bilincini kaybetmesi durumunda, bunalım tehlikesine benzer bir tehditle yüz yüze gelmekten korkar olmuştur. Alışageldiği olaylar ya da insanlar bir anda yok olursa, birey kendi ruhunda depoladığı güce sığınmak isteyecektir. Ne var ki, modern çağ insanlarının pek azı bu gücü kullanmayı başarabilir. Bu demek oluyor ki yalnızlık, hayal ürünü bir kaygı değil, son derece gerçek bir tehlikedir.

Yalnızlığı saf dışı bıraktığı için olsa gerek, toplumda sevilmek ve kabul görmek beraberinde inanılmaz bir gücü getirir. Sosyal grupların içinde yerini almış birey rahattır; ana karnındaymışçasına güvende hisseder kendini. Özde bağımsız olmayı dileyen benliğinden vazgeçmek pahasına da olsa, geçici bir süre için yalnızlığını bertaraf edebilmiş ama yalnızlık krizlerinde tek gerçek kurtarıcısı olacak 'iç gücünü' yine reddetmiştir. "İçleri doldurulmuş insanlar" ne kadar "birbirlerine yaslanırsa yaslansınlar" hep yalnız olmaya mahkumdurlar çünkü "içi boş" insanların onlara sevmeyi öğretebilecek bir dayanakları yoktur.

BENLİK ÜZERİNDEKİ TEHDİTLER ve ENDİŞE

İnsanoğlunun bilincini, boşluk hissinden ve yalnızlık korkusundan daha uzun süredir kurcalayan yegane olgu "endişe"dir. 'Boşluk' ve 'yalnızlık' nasıl bu kadar ürkütücü olabiliyor? Bizi "endişe" denilen o garip ruhsal acının kapanına kıstırdığı için mi?

Eğer günlük gazeteleri takip ediyorsanız, çağımızın bir "endişe" çağı olduğuna sizi daha fazla ikna etmenin gerekli olduğunu sanmıyorum. Otuz beş yıla sığdırılmış iki dünya savaşı, ekonomik krizler ve durgunluklar, faşizmin patlaması ve sonu gelmeyen çatışmaların yanına eklenen modern dünyanın soğuk savaşları. Eşikte bekletilen atom bombalarının konuşturulacağı bir Üçüncü Dünya Savaşı'nın sinyalleri... Herhangi bir gazetede her gün görebileceğimiz bu gerçekler, bize öncelikle, kurduğumuz medeniyetin temelden sarsılmakta olduğunu kanıtlıyor. Bertrand Russell'in fazlasıyla kötümser fikirlerine katılmamak işten değil: "Geleceğimizin planlanmış ve parlak olduğuna inananlar aramızda en saf ve aptal olanlardır. Hayal gücünden ve kıvrak bir anlayıştan biraz nasibini almış olan herkesin içi şüpheyle doludur."

Önceki kitaplarımdan birinde yirminci yüzyılın, Ortaçağın çöküşünden beri endişenin en etkili hale geldiği dönem olduğunu yazmıştım. Ölüm korkusunun, yaşamın anlamı ve değeri hakkında duyulan şüphelerin, batıl inançların ve büyücülerin sarstığı on dördüncü ve on beşinci yüzyılların Avrupa'sı, bu özellikleri açısından yüzyılımızla kıyaslanabilecek en yakın zaman dilimidir. Bütün yapmamız gereken, Ortaçağ takipçisi tarihçilerin ölüm korkusunu ve ahlaki değerlerin çöküşünü anlattıkları 'atomik yok oluş' hikayelerini okumaktır. Bizim "çağdaş" batıl inançlarımız, uçan daireler ve Mars'tan gelen istilacılara; büyücü anlayışımız ise şeytani güçlerle donanmış süper adamlar ve Nazi Mitolojisi'ne dayanır.

Sanırım artık "endişe çağı" deyiminin gerçeği ne kadar kesin olarak yansıttığını hepimiz kabullenebiliriz. Bizler için tek tehlike, devekuşları gibi kafamızı kuma gömüp endişe diye bir şeyin olmadığına kendimizi inandırmamız olabilir. Önümüzdeki yirmi-otuz sene yeni savaşlar, krizler ve belirsizliklerle dolu geçecek ve hepimiz cesaretimizi sınayacağız. ıçimizden yeterli düzeyde "hayal gücü ve kıvrak bir anlayış" sahibi olanlar, bu felaketlerle korkmadan yüz yüze gelebilecekler ve bir anlamda sağduyularının onları doğruya götürüp götürmediğine karar verecekler.

Ortasında hapsolduğumuz güncel olaylarla kaygılarımız arasında çift yönlü bir neden-sonuç ilişkisi vardır. Nasıl savaşlar, krizler ve politik olaylar "endişe"yi yaratıyorsa, taşıdığımız türlü kaygılar da bu çalkantılara neden olmaktadır. Başka bir deyişle, kaygılarımız ve sonu gelmeyen sarsıntılar aynı sebepten kaynaklanır. Sebebin, Batı toplumunda yaşanan köklü değişimler olduğu su götürmez bir gerçektir. Faşizm ve Nazizmin güç kazanmalarının tek nedeni Mussolini ve Hitler'in iktidar hırsı değildir. Bir ulus ekonomik yokluğa yenik düşmüşse ve psikolojik olarak da boşluğun ve bunalımların eşiğindeyse, totaliter rejimler her zaman boşluğu doldurmak için harekete geçerler. İnsanlar artık dayanamadıkları endişelerden kurtulmak uğruna özgürlüklerinden vazgeçmeye dünden razıdırlar.

İçimizde kopan fırtınalar, ulusça yaşadığımız karışıklıklarda da kendini göstermektedir. Başımızdan geçen bunca deneyim sonunda insanın özgürlüğünü kısıtlayıcı ve onurunu kırıcı her türlü eyleme karşı olduğumuzu nihayet kanıtladık. Her koşulda ordumuza duyduğumuz güveni tekrarladık. Kore savaşında hangi noktada durmamız gerektiği konusunda tereddüt içinde kaldık. En azından herhangi bir devletin saldırısına maruz kalmamız halinde ulusça birleşmemizin önemini kavradık ancak yapıcı amaçlarımız hakkındaki ikilemlerimiz asla terk etmedi bizi. 'Savunma' dışında uğruna emek harcadığımız başka bir şey var mı, diye kendimizi sorgulayıp duruyoruz. Marshall Planı'nda olduğu gibi, dünya uluslarına yepyeni sözler vermek amacıyla planladığımız faaliyetler bile bazı gruplar tarafından eleştiriliyor.

Devamlı olarak endişeye maruz kalmış birey, psikosomatik birçok hastalığa kendiliğinden davetiye çıkarmış sayılır. Şayet endişeye sürekli maruz kalan bir "topluluk" ise, topluluk bireylerinin birbirlerine er ya da geç düşman kesilmesi kaçınılmazdır. Ulusumuz böyle bir dalgalanmayla karşı karşıyayken, bizler de otomatik olarak kendimizi birçok tehlikenin kucağına atıyoruz. Tıpkı Mc Carthy dönemindeki suikastlar ve herkesi komşusundan şüphelenir hale getiren baskılar gibi.

Gözlerimizi bir an için toplumdan bireye çevirdiğimizde, 'endişe' hissinin değişik dışavurumlarını sayıları giderek artan psikolojik rahatsızlıklarda görüyoruz ki, Freud'dan bu yana hemen hemen herkes bu rahatsızlıkların sebebinin endişe olduğunu belirtmiştir. Gerçekten de endişe, psikosomatik birçok hastalığın ortak yönünü teşkil eder; ülser, kalp hastalıkları vb. gibi. Kısacası endişe bizim çağımızın kara vebasıdır. Bu veba insan sağlığı ve bireyin iç huzuru için en büyük tehlikedir.

Kişisel kaygılarımızın derinlerine indiğimizde, bunların savaş riski ve ekonomik krizlere oranla çok daha ciddi nedenlerden kaynaklandığını görürüz. Sürekli endişe duyarız çünkü peşinden koşacağımız emellerimizi ya da inanmamız gereken prensipleri tam olarak bilmeyiz. Kişisel kaygılarımız bu açıdan ulusça yaşadığımız karışıklığa çok benzer. Nereye gideceğini bilememe korkusudur bizimkisi. Para ve mevki sahibi olmak mı önemlidir, yoksa herkes tarafından sevilen iyi bir insan olmak mı? Maalesef ikisinin birden olması mümkün değildir. Cinsellik ve tekeşlilik konusunda toplumun öğretilerini kabullenmek mi doğru olur yoksa Kinsey Raporu'nda da belirtilen türden sıradan vatandaş olmak mı?

Yukarıda değindiklerimiz, bireyin temel değer yargıları ve hedefleri hakkında kendi kendine yarattığı ikilemlere iki örnektir. Biz bu konuya daha ileriki bölümlerde ayrıca zaman ayıracağız. 1930'ların Amerika'sının orta-batı kasabalarını inceleyen araştırmalarında Dr. Lynd ve eşi, bu bölgede yaşayanların probleminin içlerindeki bitmek bilmeyen çatışma olduğu sonucuna varmışlardır. Bu sonu gelmeyen çatışmanın nedeni, bireylerin belledikleri normların ve değer yargılarının çevre tarafından ne tam olarak kınanıyor ne de tam olarak övgü topluyor olmasıdır. kişisel kanaatime göre 1930'lardaki Orta-batı ile günümüz Orta-batısı arasındaki tek fark, birey bazındaki iç çatışmaların daha da derinleşerek arzular seviyesine inmesinden kaynaklanmaktadır. Hiçbir çözüme ulaştıramadığı çatışmaları süresince birey, William Auden'in "Endişe Çağı" adlı şiirindeki genç adamın hissettiğine benzer bir korkuyla irkilir:

Vakit geç oluyor
Acaba hiç soran olacak mı bizi?
Yoksa hiç mi istenmiyoruz artık?

Bu soruların cevabının son derece basit olduğunu düşünen her kim ise ne soruları tam olarak anlamıştır ne de hangi çağda yaşadığımızdan haberi vardır. Çağımız, Hermann Hesse'nin deyişiyle 'Koca bir neslin iki yaşam biçimi, iki devir arasında sıkışıp kaldığı ve doğal olarak anlayışın, belli standartların ve hayat güvencesinin yok olup gittiği' bir zaman dilimidir. Ancak her şeye rağmen kendimize şu gerçeği hatırlatmakta yarar var: Endişe bir iç çatışmanın habercisidir ve bu iç çatışma sürdüğü müddetçe her zaman yapıcı bir kurtuluş yolu bulunabilir. Gerçekten de şu anda yaşadığımız bunalımlar içlerinde geleceğe dair yeni umutları da barındırırlar. İlk aşamada gerekli olan, hem bireysel hem de sosyal açıdan tehlikeli bir konumda olduğumuzda bunu cesaretle ve açıklıkla itiraf edebilmektir. Şimdi bunu başarabilmenize yardımcı olmak amacıyla endişenin anlamı üzerinde biraz duracağız.

ENDİŞE NEDİR?

Endişeyi ve endişenin korkularla olan bağlantısını nasıl tanımlıyoruz?

Eğer işlek bir yolda karşıdan karşıya geçerken size doğru hızla yaklaşmakta olan bir araba görürseniz ne yaparsınız? Kalp atışlarınız hızlanır, bu arada siz araba ile aranızdaki mesafeye yoğunlaşır, sağ salim öteki tarafa geçebilmek için ne kadar hızlı yürümeniz gerektiğini hesaplar ve adımlarınızı sıklaştırırsınız. Korktunuz ve korkunuz sizin bir an önce karşıdan karşıya geçebilmeniz için gerekli olan enerjiyi sağladı. Ama şayet yolda hızla ilerlerken bu kez karşı yönden gelmekte olan arabalar sizi şaşırtsaydı, hangi yöne gideceğinizi bilmez bir halde, olduğunuz yerde donup kalırdınız. Kalbiniz yine deli gibi çarpmaya başlardı fakat bu kez önceki korkunun tersine aniden paniklerdiniz, hatta her şeyi bulanık görmeye başlardınız. İçinizdeki bir dürtü -umarız bu dürtünüzü kontrol edebiliyorsunuzdur- sizi yön düşünmeksizin herhangi bir tarafa doğru kaçmaya iter. Arabalar önünüzden geçip gittiğinde hem bir afallama hem de midenizde bir boşluk hissedersiniz. İşte endişe budur.

Korktuğumuzda bizi tehdit eden tehlikenin ne olduğunu biliriz. Buna bağlı olarak algılayışımız keskinleşir, yeni bir enerji ile dolarız ve tehlikeyi atlatma yolunda gerekeni yaparız. Buna karşın endişelendiğimizde, tehlikede olmamıza karşın ne yapacağımızı düşünemeyiz. Endişe tam anlamıyla bir "hazırsızlık" ve "afallama" hissidir. Algılarımız keskinleşeceği yerde genelde bulanıklaşır.

Endişenin şiddeti küçük ya da büyük olabilir. Önemli biriyle tanışma öncesi duyduğunuz heyecan veya ölüm kalım meselesi olan bir sınavın getirdiği sıkıntı. Ya da sevdiğimiz bir insanın uçak kazası geçirdiği haberini aldığımızda hissettiğimiz korku. İnsanlar endişeyi birçok değişik şekilde yaşarlar: İçi içini yeme durumu, göğüs bölgesinde bir sıkışma, genel panik, bütün dünyanın ağırlığını omuzlarında hissetme, etraftaki her şeyin siyah ve gri olduğu düşüncesi ya da yolunu kaybetmiş ufak bir çocuğun hissettiğine benzer bir dehşet duyma.

Biraz önce de söylediğimiz gibi, endişe kılıktan kılığa girebilir çünkü endişe insanoğlunun kendi varlığına yönelik olarak algıladığı herhangi bir tehlikeye karşı oluşturduğu ilk tepkidir. Bireyin benliğinin bir kısmı üzerinde etkili olan his korkudur, kavga eden çocuk yaralanabilir ama bu onun varlığına yönelik bir tehdit değildir; bir üniversite öğrencisi bir vizeden korkuyor olabilir ama sınavı veremese de dünyanın

sonunun gelmeyeceğini bilir. Ancak tehlike bireyin tüm benliğini tehdit edecek boyuta ulaşır ulaşmaz, endişe bireye hükmetmeye başlar. Endişe bizi "can evimiz"den vurur: birey olarak varlığımız tehlikedeyken yaşadığımız duygudur endişe.

Yaşadığımız bir olayı bir "endişe" deneyimi haline getiren faktör, olayın şiddetinden çok niteliğidir. Bir tanıdık yolda yürürken yanımızdan geçer ve selam vermezse, hafif bir şüphe duyabiliriz ama tehlike diye bir şey olmasa da kafamız sürekli bu davranışa bir açıklama arar. Bu da yaşadığımız deneyimin bizi en derinden etkileyen yere yöneldiğini gösterir. En şiddetli boyutuna ulaştığında, endişenin insana atalarından miras kalmış en çok acı çektiren duygu olduğu söylenebilir. Shakespeare'in dediği gibi, 'Gelecekte olabileceklere oranla günümüz tehlikeleri daha az korkutucudur.' Kimileri kurtarılıp kurtarılmayacaklarını bilmemenin verdiği belirsizliğe ve şüpheye dayanamadıklarından, filikadan atlayıp boğulmayı tercih eder.

Endişenin en bilinen simgesi ölüm korkusudur ama yine de "modern" çağın bireyleri olan bizler çok sık ölümü düşünmeyiz. Bizim endişelerimizin büyük kısmı benliğimize yönelik bir tehlikeyle karşılaştığımız zaman ortaya çıkar. Tamamen stres, endişe ve korkularının bir sonucu olarak midesinde bir delik açılan Tom adlı genç adam, psikosomatik etkilerin gücüne mükemmel bir örnektir. Tom, hastanede bulunduğu süre içerisinde ailesinin geçimini sağlama konusunda hala kaygılar taşımaktaydı. İşini kaybetme korkusunun had safhaya ulaştığı bir anda şöyle haykırdı: 'Eğer ailemi geçindiremeyeceksem, kendimi denize atarım daha iyi!..' Örnekte de gördüğümüz gibi var oluş sebebini ailesini geçindirmekle özdeşleştirmiş bir işçi olan Tom, toplumumuzdaki birçok insan gibi var oluş nedeninin ortadan kalkması halinde ölümü tercih edebilmektedir.

Burada tüm insanların kendilerine ait, inandıkları bir doğrunun varlığına şahit oluyoruz. Belli değerler, ister başarıya ya da sevgiliye duyulan sevgi; ister Sokrat örneğindeki gibi düşünce özgürlüğü aşkı isterse de Jean D'Arc'ınki gibi içinden gelen sesi dinleme dürtüsü olsun, her insanın yaşamak için bir sebebi vardır. Bu değer yargısı dışarıdan bir etkiyle yıkıldığı takdirde, insan birey olarak da varlığının sona erdiğini hisseder. 'Bana ya özgürlüğümü ver ya da ölümü!' sözü bir duygu sömürüsü olmadığı gibi patolojik yargı da değildir. Günümüzde birey üzerindeki en baskın değer yargılarının kabul görmek ve sevilmek olduğunu düşünürsek, endişenin yalnızlığa itilmek ve toplum tarafından istenmemek korkusundan ileri geldiğini rahatlıkla görebiliriz.

Yukarıda "normal endişe"ye örnekler vermeye çalıştık. "Normal endişe" demekle kastettiğimiz, içinde bulunulan tehlikeyle oranlı olarak yaşanan kaygı durumudur. Bir yangın, savaş veya yaşamsal önem taşıyan bir sınav esnasında endişe duymak gayet olağandır. Her insan bu olağan endişeleri kendine özgü bir tarzda duyumsar ve yaşamın zorluklarıyla bu tarzda mücadele eder. Birey "normal kriz"lerini -süt emmeyi bırakmak, okula başlamak, meslek seçmek, evlenmek gibi- ne kadar rahat atlatabilirse o kadar nörotik endişeden uzak kalmış olur. "Normal endişe" kaçınılmazdır ve bireyin bunu kendi kendine itiraf edebilmesi gerekir. Biz bu kitapta, olağan endişenin çağımızdaki rolünden ve endişeyi yenmenin yapıcı yollarından bahsedeceğiz.

Tabii ne olursa olsun, "nörotik endişe" diye bir olgu da mevcuttur ve en azından eksiksiz bir tanımını yapmak yararlı olacaktır. Kız arkadaşıyla ilk buluşmasında, herhangi bir

sebepten ötürü kız arkadaşından çok çekinen genç bir müzisyen hayal edin. Sonra da genç adamın bu deneyiminin bir sonucu olarak kızlara hayatında bir daha yer vermemeye yemin ettiğini ve kendisini tamamen müziğe adadığını düşünün. Birkaç sene sonra bu genç adam, çok başarılı bir müzisyen olduğu halde kadınlarla bir şekilde hiç konuşamadığını fark edecektir. Kadınlarla yüzü kızarıp bozarmadan iki çift laf edemeyen, sekreterinden ölesiye korkan ve konser programlarını ayarlayan komitedeki kadınlardan hep kaçmaya çalışan biri haline gelmiştir. Bu korkusuna ilişkin hiçbir mantıklı açıklaması yoktur. Genç adamın yaşadığı "nörotik endişe"dir. Nörotik endişenin gerçek bir tehlikeyle alakası yoktur; tamamen bireyin iç çatışmalarından kaynaklanır. Okuyucunun da tahmin etmiş olabileceği gibi genç müzisyenin geçmişte annesiyle sorunları olduğu açıktır. Bu sorunlar onu ilk buluşmasında takip ettiği gibi, ilerleyen yıllarda da bütün kadınlardan iyice korkar hale getirmiştir.

Nörotik endişenin temeli bilinçaltındaki psikolojik çelişkilerde yatar. Bireyi bu denli ürküten nörotik endişe aslında bir hayalete benzer; birey hayaletin nerede olduğunu bilmediği gibi onunla nasıl savaşacağını da kestiremez. Bilinçaltını devamlı rahatsız eden çatışmaların kökü, bireyin yüzleşmeye bir türlü cesaret edemediği önceki deneyimlere dayanır. Bu deneyimlere örnek olarak, çocuğun ailesi tarafından sevilmemesini kabullenememesini ya da aşırı korumacı ebeveynlere dayanamamasını gösterebiliriz. Gerçek problem her zaman bastırılır ve de sonunda "nörotik endişe" olarak geri döner. Nörotik endişeyle baş edebilmenin yolu, sorunu yaratan olayı açığa çıkartmak ve olağan bir endişeymiş gibi atlatılmasını sağlamaktır. Kronik nörotik endişe vakalarında yapılacak en akıllıca davranış profesyonel bir psikoterapiste başvurmaktır.

Nörotik endişeye kısaca değindikten sonra şimdi tekrar normal endişeye dönmek istiyorum. Burada özellikle aydınlatılması gereken nokta endişe ile bireyin benliğinin farkında olması arasındaki bağlantıdır. Dehşet verici bir olay sonrası bireylerin "Ne yaptığımı bilmez bir haldeydim." şeklinde açıklamalar yaptıkları bilinmektedir. Bunun sebebi endişenin duyularımızı bloke etmesidir. Endişe, bir torpido misali, bizi en derinden, öz benliğimizden vurur. Bu yüzden endişe hangi seviyede olursa olsun bilincimizi zedeler. Savaş sırasında ön cephedeki askerler düşman saldırdığı sürece tüm korkularına rağmen savaşmaya devam ederler. Ama eğer düşman ordu içindeki haberleşmeyi kesebilirse, o zaman ordu yön kavramını yitirir ve savaşan bir birlik olduğu gerçeğini yitirir. Askerlerin paniklemesi bu ana denk gelir. Endişenin insan üzerinde yaptığı da budur: Bireyin kim ve ne olduğu konusundaki oryantasyonunu siler ve etrafındaki gerçeklerden soyutlanmasına yol açar.

Bireyin bir anda içine girdiği bu kargaşa endişenin en acı veren yönüdür. Fakat yine de olayın iyi bir tarafı da mevcuttur: Endişe nasıl benlik bilincini yok ediyorsa, kendi benliğinin farkında olmak da endişeyi yok eder. Diğer bir deyişle benlik bilincimiz ne kadar güçlü ise endişeye karşı o kadar dayanıklıyız demektir. Endişe aynı ateş gibi vücutta bir mücadelenin sürdüğünün işaretidir. Ateşin vücutta bakteriye karşı yaptığını endişe iç dünyada çatışmalara karşı yapar. Nörotik endişenin bir türlü açığa çıkamamış çelişkilerden kaynaklandığını ve bu çelişkilerin ne olduğunun anlaşılmasıyla giderilebileceğini söyledik. Nörotik endişe, doğanın bize çözmemiz gereken bir sorunun varlığını gösteren uyarısıdır. Aynı şey normal endişe için de geçerlidir, içimizdeki güce başvurmak ve savaşa başlamak için bir çağrıdır endişe.

Endişe bir yanda kendi benlik gücümüzün diğer yanda ise benliğimize yönelik tehlikenin bulunduğu bir savaştır. Kazanan taraf ne kadar "tehlike" olursa, benlik bilincimiz de o kadar teslim olmak zorunda kalır. Ama içimizde kim olduğumuza dair güçlü bir irade gelişmişse tehlikenin üzerimizdeki tehdidi de o oranda azalır. Ateş devam ettiği sürece bir verem hastası için hala ümit vardır ancak hastalığın son evrelerinde ateş kesilir yani vücut direnmeyi bırakır ve hasta ölür. Bizler için de son umut, endişeye ve hissizliğe teslim olduğumuz zaman ortadan kalkacaktır.

O halde üzerimize düşen, benlik bilincimizi güçlendirmek ve bunalım anlarında içimizde sığınabileceğimiz bir dayanak yaratmaktır. Kitabımızın en genel amacı bunu başarmaya giden yolları çizmektir. Fakat öncelikle ikilemlerimizin derinliklerine ineceğiz.

2

RAHATSIZLIKLARIMIZIN KÖKENİ

Sorunları çözmenin ilk adımı onları doğuran nedenleri ortaya çıkarmaktır. Modern Batı'da bu kadar insanı ve ülkeyi rahatsız edecek ne tür olaylar oluyor? Geçmişe şöyle bir göz atarak kendimize soralım: Çağımızı endişe ve boşluk çağı haline getiren değişiklikler nelerdir?

TOPLUMSAL DEĞER YARGILARININ ÇÖKÜŞÜ

Tarihin öyle bir noktasındayız ki yaşam tarzlarından bazıları ölmeye yüz tutmuş, bazıları ise yeni yeni doğmakta. Bu demek oluyor ki, Batı toplumu değerleri ve amaçları açısından bir geçiş sürecini yaşıyor. Peki bu geçiş süreci içinde hangi değerler kayboluyor?

Rönesans'tan bu yana çağlar boyu süregelen en geçerli prensip, bireysel rekabete olan inançtır. Bireysel rekabet hayranlığı, bireyin kendi ekonomik çıkarı için çabaladığı oranda topluma daha fazla yarar sağlayacağı düşüncesiyle beslenir. Ekonomideki bu 'Bırakınız yapsınlar!' felsefesi birkaç yüzyıl boyunca işe yaramıştır. Sanayi Devrimi ve Kapitalizmin başlangıcı düşünülecek olursa, herkesin daha fazla ticaret ya da daha büyük bir fabrika için uğraşması ve böylelikle ekonomideki toplam üretimin azami düzeye ulaştırılmaya çalışılması ve rekabete dayalı üretim girişimciler için en mükemmel modeli oluşturmuştur. Fakat on dokuzuncu ve yirminci yüzyılda meydana gelen değişiklikleri görmezlikten gelemeyiz. Tekelci kapitalizm anlayışının ve büyük holdinglerin egemenliğine girmiş günümüz ekonomilerinde ayakta durmayı başaran kaç tane bireysel girişimci vardır? Kendi kendilerinin patronu olmakta ısrar edebilenler sadece doktorlar, psikoterapistler ve çiftçiler gibi birkaç meslek grubunun temsilcileridir ki onlar bile fiyat oynamalarından ve bitmeyen iniş çıkışlardan etkilenmeye mahkumdurlar. Gücün artık sendikalar ile meslek örgütlerinde toplandığını ve serbest meslek sahiplerinin bunlardan birinin içinde yer almadıkları takdirde piyasada tutunamadığının görüyoruz. Bizlere her yanımızdakinden daha üstün olmamız gerektiği öğretildi ama yirminci yüzyılın iş dünyasında başarı, uyumlu ekip çalışmalarıyla elde ediliyor. Geçenlerde gazetede okuduğuma göre hırsızlar bile şu aralar iyi kazanamıyorlarmış; onun için çareyi birleşip örgütlenmekte bulmuşlar!

Doğal olarak, bireysel çabanın kötü bir şey olduğunu savunuyor değiliz. Aksine bu kitapta asıl olarak bireyin kendi yetenek ve inisiyatifini tekrar keşfetmesi için neler yapabileceğini ve bu şekilde toplumun potasında eriyip gitmek yerine katılımcı ve yaratıcı bir insan olmasını sağlayacak yolları anlatmayı amaçladık.

Ne var ki aynı zamanda yüzyılımızın uzlaşma ve birbirine bağımlılık gibi ilkeleri beraberinde getirdiğini aklımızdan çıkarmamamızda fayda var. Şayet sizin ya da benim 1700'lerde ilk yerleşim bölgelerinden birinde ufak bir tarlamız veya küçük çaplı bir sermayemiz olsaydı, "sadece kendim için" prensibi bizleri hayallerimizin ötesinde zengin etmeye yeterdi. Ama şirket yöneticilerinin eşlerinin bile bir şablona oturtulduğu bir devirde böyle bir rekabetçi zihniyetin tutunmasını nasıl bekleyebiliriz?

Sosyal kazançları hiç hesaba katmadan salt bireysel çıkarlara yönelik girişimlerin topluma doğrudan faydası olmuyor. Daha da önemlisi bu tip bireysel rekabet -karşınızdakinin başarısızlığının sizi mutlu ettiği türden- ciddi psikolojik rahatsızlıklara yol açıyor. Herkes birbiri için potansiyel bir düşman haline geliyor ve önleyemediğimiz bu düşmanca hisler yüzünden gün geçtikçe yalnızlığımız ve terk edilmişliğimiz inanılmaz boyutlara ulaşıyor. Geçmişte ne zaman bu düşmanlığımız yüzeye çıkacak gibi olsa, soluğu hemen çeşitli yardım derneklerinin üyelik toplantılarında aldık. 1920'lerin ve 1930'ların Rotary kulüplerinden Optimist derneklerine dek her türlü organizasyona katıldık. İyi birer insan olmaya ve çevremiz tarafından itibar görmeye gayret ettik. Yine de anlaşmazlıklar bir yerden mutlaka patlak verdi.

Bu durumun en güzel örneğini Arthur Miller'in "Satıcının Ölümü" adlı oyunundaki baş karakter Willie Loman'da bulabiliriz. Willie'ye öğretilen ve onun da oğullarına öğrettiği kural, her zaman diğerlerini geçmek ve ne pahasına olursa olsun çok para kazanmaktır ve bu da inisiyatif almakla mümkündür. Oğulları basketbol takımının deposundan top ve malzeme çaldıklarında Willie Loman onların 'hiçbir şeyden korkmayan tipler' olduğunu düşünüp mutlu olur ve antrenörlerinin de cesaretlerinden dolayı çocukları kutlayacağına inanır. Bir arkadaşı ona hapishanelerin 'hiçbir şeyden korkmayan tiplerle dolup taştığını hatırlatması üzerine ise Willie

'Borsa da bu tiplerle dolu.' şeklinde cevap verir.

Tıpkı yirmi sene önce hemen herkesin yaptığı gibi Willie de rekabetçi ruhunun kötü yönlerini, sevilen bir insan olmak suretiyle telafi etmeye çalışır. Yıllar geçtikçe çalıştığı şirketin politikası değişir ve Willie'nin işine son verilir. Willie hazırlıksız yakalanmıştır; büyük bir çaresizlik içinde 'Ama ben en sevilen elemandım.' diye kendi kendine mırıldanır durur. Değer yargıları konusunda büyük bir açmaza girer -neden ona öğretilen hiçbir şey şimdi işe yaramamaktadır?- ve bu iç çatışma en sonunda onu intihara sürükler. Mezarı başında oğullarından biri hala onun bir numara olmak gibi yüce bir amacı olduğunda ısrar ederken diğer oğlu, Willie'yi ölüme götüren nedeni çok açık bir biçimde dile getirir: 'O kim olduğunu asla bilemedi.'

Çağımızın ikinci temel inanışı da bireysel mantığa duyulan güven olmuştur. Rönesans'ta ortaya çıkan bu inanış, özellikle on yedinci yüzyıl aydınlanma hareketinde önemini kanıtladığı gibi, bilimdeki ilerlemeler ve evrensel eğitim felsefelerinin hayata geçirilmesinde en etkili faktör olmuştur. Rönesans süresinde bireysel anlayış evrensel mantıkla eşanlamlıydı. Buna bağlı olarak düşünen her birey kendini evrensel birtakım doğrulara ulaşmakla yükümlü tutuyordu.

Fakat bu aşamada karşımıza yine on dokuzuncu yüzyılda belirginleşen bir değişiklik çıkıyor. Bu dönemde psikolojik anlamda mantık olgusu "duygu" ve "irade"den ayrılmaya başlamıştır. Kişiliğin mantık ve duygu arasındaki bocalamasını Descartes, zihin ve vücut arasında kurduğu bağdaşmazlık kuralı ile açıklar. Bağdaşmazlığın gerçek sonuçlarının anlaşılması ise ancak geçtiğimiz asırda mümkün olabilmiştir. Yirminci yüzyılın başlarında yaşayan birey için mantık her kapıyı açan bir anahtardır, irade gücü fikirleri harekete geçirir, duygular ise pek fena bir şey olmamakla beraber bastırılmalarında yarar vardır. Böylece bireydeki mantık kavramının kişiliğin bölünmesinden birinci derecede sorumlu olduğunu ve süper ego, ego ve içgüdüler arasındaki çatışmaya yol açtığını görebiliyoruz. Freud'un da tüm çalışmaları bu çatışmaları incelemeye ve sonuçlarını tahlil etmeye yöneliktir. Spinoza on yedinci yüzyılda "mantık" sözcüğünü kullandığı zaman, demek istediği mantığın duygular ve beynin diğer bütünleyici fonksiyonları ile birlikte hayata karşı genel bakış açısını belirleyen ana unsur olduğuydu. Şimdi ise mantık sözcüğü kullanıldığında neredeyse otomatik olarak kişilik bölünmeleri kastediliyor. Zaten sorulan soru da hep aynı: Mantığıma mı güvenmeliyim, duygu ve arzularımın gerektirdiğini mi yapmalıyım, yoksa ahlak prensiplerime mi bağlı kalmalıyım?

Bireysel rekabete olan düşkünlük ve mantık saplantısı gerçekte Batı toplumunu ileriye yönelten ülküler olmuştur ama yine de bu onların ideal değerler olduklarını göstermez. Kesin olarak insanların çoğunluğunun kabul ettiği bir ideal değerler grubu varsa bunlar Musevi-Hıristiyan geleneğinin ahlaki insan sevgisi anlayışı ve 'Komşunu sev.' veya 'Toplum için çalış.' türü söylemleridir. Genel olarak bakacak olursak bu değer yargılarının kilise ve okullarda rekabet ve mantıkla iç içe öğretildiği açıktır. ("Sevgi" ve "Hizmet" kavramlarının sosyal dernekler konusu çerçevesinde ele alındığını ve aynı anda esas olarak "Herkes tarafından sevilmek" ilkesinin vurgulandığını rahatlıkla görebiliriz.) Biri antik Filistin ve Yunan medeniyetinden miras kalan, diğeri de Rönesans'la doğan bu iki düşüncenin aslında son derece uyumlu bir evliliği olduğunu söylemek mümkündür. Örneğin Rönesans'ta ortaya çıkan Protestanlık, yeni bireysellik anlayışını her bireyin dini inançlarıyla ilgili hak ve özgürlüklerini savunarak dışarı vurmuştur.

Bu evlilik üzerine söylenebilecek çok şey vardır ve asırlar boyu eşler arasındaki anlaşmazlıkların üstü gayet ustalıkla örtülmüştür. Çünkü insanlar arasındaki kardeşliğin ilerletilmesi bir bakıma bireysel rekabetle sağlanabilir. Muhteşem bilimsel yenilikler, yepyeni fabrikalar ve hızına yetişemediğimiz sanayi atılımları sayesinde belki de artık açlığı ve maddi hırsları yeryüzünden silebileceğiz. Hatta daha da ileri giderek aramızda bilimin ve rekabete dayalı endüstrinin, insanları her zamankinden daha fazla 'evrensel kardeşlik' şemsiyesi altında birleştirdiğini savunanlar bile çıkabilir.

Geçtiğimiz yıllarda rekabet ve ahlak evliliğinin birçok sorunla dolu olduğu ve hızla boşanmaya sürüklendiği hep tartışılan bir konu olma niteliğini korumuştur. Modern çağın en fazla üstünde durduğu nokta kimin kimden üstün olduğudur. Kimin okulda daha iyi notlar aldığı, kimin pazar günleri kilisede daha çok takdir topladığı, kimin daha zengin olduğu gibi konular insanların komşularını sevmesini, başkalarına iyi davranmalarını büyük ölçüde engeller. Daha sonra da göreceğimiz gibi, kardeşler, hatta eşler arasındaki sevginin bile önüne geçebilir. Bilimsel ve endüstriyel gelişmelerin kelimenin tam anlamıyla 'tek bir dünya' haline getirdiği çağımızda, bireysel rekabet yavaş yavaş geçerliliğini kaybetmektedir. Toplumumuzdaki sosyal ikilemlerin en tehlikeli yönü en son olarak faşist-totaliter bir patlama şeklinde karşımıza dikilmiştir. Bu patlama o kadar şiddetli olmuştur ki, Musevi-Hıristiyan geleneğinin insancıl değerleri ilk çağlardan kalma bir barbarlık kazanında yakılmıştır.

Bazı okuyucular yukarıdaki soruların yanlış yöneltildiğini düşünebilirler. Neden hep ekonomik mücadele başkalarıyla savaşmayı gerektirir? Neden mantık her zaman duyguya karşıdır? Evet, dediğiniz doğru fakat içinde yaşadığımız bu çağın belirgin bir özelliği de herkesin yanlış soruları soruyor olmasıdır. Eski amaçlarımız, hayallerimiz, alışkanlıklarımız hala beynimizin bir yerlerinde durmaktalar ama onlar günümüz şartlarına uymadıkları için pek çoğumuz doğru cevaba gitmeyen soruları soruyor. Bazen de çelişkili cevapların karmaşasında ne yapacağımızı şaşırıyoruz: okula giderken mantığımız, sevgilimizle buluştuğumuzda duygularımız, sınavlara çalışırken irademiz, pazar günleri kilisede ise dini sorumluluklarımız ağır basıyor. Farkında olmayabiliriz ama kişiliğimiz parçalara bölünüyor ve parçalardan hiçbiri nereye gideceğini bilmiyor.

On dokuzuncu yüzyılın sonlarında yaşamış bazı dehalar bireylerin kişiliğinde meydana gelen bu parçalanmaları çabuk fark ettiler. Henrik Ibsen edebiyatta, Paul Cézanne resimde, Sigmund Freud ise insanın doğası konulu araştırmalarında sürekli 'parçalanma' temasına yer verdiler. Ibsen, "Bebek Evi"adlı oyununda bir kocanın sadece işe gidip gelmesi, işiyle aile yaşantısını kesin çizgilerle ayırması ve karısına da oyuncak bir bebek gibi davranması halinde ev yaşantısının nasıl çökeceğini anlatır. Cézanne 19.yüzyılın yapay sanat anlayışına karşı çıkmış ve sanatın hayatın gerçek yüzüyle ilgilenmek zorunda olduğunu vurgulamıştır. Cézanne'e göre güzellik şirinlikte ya da sevimlilikte değil, bütünselliktedir. Freud ise öfke ve cinsellik diye bir şey yokmuş gibi davranmaya çalışanların en sonunda şiddetli bunalımlara gireceğini belirtir. Bu fikirden hareketle Freud bilinçaltını ve bastırılmış duyguları su yüzüne çıkarmak amacıyla farklı yöntemler geliştirmiş, insanların düşünen-hisseden-isteyen bir bütünlük içinde yaşamalarına yardımcı olmak istemiştir.

Ibsen, Cézanne ve Freud'un çalışmalarının insanın iç dünyasını keşfetmek yolundaki önemini düşünecek olursak, birçoğumuzun onlardan 'çağımızın peygamberleri' diye bahsetmelerini yadırgamayız. Her birinin ortaya koyduğu tez, kendi alanını kapsamaktadır ama onların eski dönemin en son dahileri olduğunu unutmamak gerekir. Onlar geçen üç yüzyılın değer yargılarını ve hedeflerini itiraz etmeksizin kabul ettiler, kendi dönemlerinin felsefesinde durdular. Kaldı ki onların yaşam süreçleri 'boşluk çağının' çok öncelerine rastlıyordu.

Bizim çağımızın 'peygamberleri' olarak maalesef Soren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche ve Franz Kafka gözüküyor. Maalesef diyorum çünkü bu demek oluyor ki işimiz gittikçe zorlaşıyor. Onların her biri yirminci yüzyıla damgasını vuracak değer yargılarındaki çöküşü, yalnızlığı, boşluğu ve endişeyi önceden tahmin etti. Hepsi geçmişin ülkülerine dayanarak devam edemeyeceğimizi anladı. Bu üç değerli şahsın yapıtlarından kitap boyunca sık sık alıntılar yapacağız; sadece zeki insanlar oldukları için değil, aynı zamanda büyük bir güç ve derin bir sezgiyle günümüz insanının bütün ikilemlerini herkesten önce gözlemledikleri için.

Friedrich Nietzsche gözlemlerine dayanarak bilimin adeta bir fabrika haline geldiğini, ahlak ve öz anlayışın bilimdeki ilerlemeye paralel gitmemesi durumunda insanlığın 'hiçliğe' sürükleneceğini söylüyordu. Geleceğe dair uyarılarını içeren "Tanrı'nın Ölümü"adında ahlaksal öğretiler taşıyan kısa bir yazı yazdı. "Tanrı'nın Ölümü", köyde koşarak 'Tanrı nerede?'diye bağıran bir delinin hikayesini anlatır. Köydeki insanların hiçbiri Tanrı'ya inanmamaktadır ve deli adamla dalga geçmek amacıyla "Tanrı"'nın bir yolculuğa çıktığını veya evini terk etmiş olabileceğini söylerler. Bunun üzerine deli tekrar bağırır: 'Tanrı nereye gitti?)

"Size söylüyorum! Onu biz öldürdük- siz ve ben!... fakat bunu nasıl yaptık? Kim bize ufku silmemiz için kocaman bir sünger verdi? Dünyayı güneşinden kopardığımız zaman ne yaptık biz?... Şimdi nereye gidiyoruz? Bütün güneşlerden uzakta bir yere mi? Sürekli düşüyoruz değil mi? Arkaya, öne, yana, her yöne... Yukarı ve aşağı diye bir şey var mı? Sonsuz bir hiçlik içinde devamlı hata yapmıyor muyuz? Boş uzayın nefesini hissetmiyor muyuz? Henüz soğumadı mı? Şimdi gece ve daha çok geceler üzerimize gelmiyor mu?....Tanrı öldü! O bir ölü!....ve onu biz öldürdük!..." Burada deli adam sustu ve tekrar onu dinleyenlere baktı: Dinleyiciler de susmuşlardı, hepsi ona baktılar... 'Çok erken geldim.' dedi sonra... 'Bu inanılmaz olay hala devam ediyor.'"

Nietzsche'nin burada yaptığı insanları geleneksel "Tanrı" inancına geri döndürmeye çalışmak filan değildir. O, bilakis, toplum temel değer yargılarını yitirdiğinde olabilecekleri gözler önüne sermektedir. Nietzsche'nin kehanetlerinin doğruluğunu yirminci yüzyılın ortasında tanık olduğumuz katliamlarda, savaşlarda ve diktatörlüklerde açıkça görüyoruz. Bu inanılmaz olay gerçekten de devam ediyordu. Musevi-Hıristiyan ortak ahlak anlayışı ve geçmişten gelen insani değerler iyice bulanıklaşmaya başladığında, barbarlığın soğuk nefesini hepimiz ensemizde hissettik.

Nietzsche'nin bu durum karşısında önerdiği tek çıkış yolu, yepyeni bir temel değer yargıları örgüsü oluşturmaktır ki buna kendisi bütün değerlerin 'yeniden değerlendirilmesi' demektedir. 'Bütün değerlerin yeniden anlamlandırılması', diye söze başlar Nietzsche, ' insanlığın kendisini tekrar gözden geçirebilmesini mümkün kılacak gizli bir formüldür.'

Sorunumuz şu ki, tarihin önceki dönemlerinde birleştirici rol oynayan kavramlar, modern çağda pek işe yaramıyorlar. Henüz bize yapıcı amaçlar belirlememizde yardımcı olacak ve içinde hapsolduğumuz endişe ve huzursuzluktan kurtaracak yeni bir değerler grubu bulmuş ya da oluşturabilmiş değiliz.

BENLİK KAVRAMININ YİTİRİLİŞİ

Rahatsızlıklarımızın kökeninde yatan başka bir etken, insan olmanın onurunu ve kıymetini duyumsamayı neredeyse unutmuş olmamızdır. Nietzsche insanın giderek bir sürü içerisinde kaybolup gittiğini söylediğinde de kastettiği gerçek budur. Nietzsche buna 'köle ahlakı' der. Aynı sonucu Marx da görmüş; Kafka da insanı dehşete düşüren hikayelerinde hep insan kimliğini kaybeden bireyleri işlemiştir.

Benlik kavramının yitirilmesi öyle bir gecede olup bitmiş bir şey değildir. 1920'lerde yaşamış olanlar, benliği olabildiğince yüzeysel ve basit olarak anlama çabasının ne denli moda olduğunu hatırlayacaklardır. O günlerde bireysel dışa vurum, aklına eseni tamamen içinden geldiği gibi yapmaktan ibaretti. Bir anlamda, bireyin acele yenmiş ve bu yüzden sindirilememiş bir akşam yemeği sonrasındaki dürtüleri ile tüm hayat felsefesi bir tutuluyordu da diyebiliriz. 'Kendi gibi olmak' denilen şey, hiçbir şeye ilgi duymayanların sığındıkları çok sıradan bir bahaneydi. 'Kendini bilmek' ise hiç de zor bir iş olarak görülmediği gibi, kişilik problemlerinin olaylara ve durumlara daha iyi 'adapte' olmaya çalışmakla çözüleceği düşünülüyordu.

Bu görüşlerin daha detaylandırılmış biçimine John B. Watson'un ortaya koyduğu, mümkün olduğu kadar basite indirgenmiş davranış bilim anlayışında rastlıyoruz. Köpeklerin et gördüklerinde salya akıtmaya şartlandırılmasına benzer bir şekilde çocukların da şartlandırma yoluyla batıl inançlardan ve fobilerden arındırılabileceğini keşfettiğimizde kendimizi kutlamaktan başka bir şey yapmadık. Her şeyi çok basitmiş gibi gösteren davranış bilimci fikirler bir aralar ekonomiye de sarkmıştı: Hepimiz hiçbir şeyle uğraşmak zorunda kalmadan servetimize servet katacaktık. Nihayet bu görüşler 1920'lerde yayılan dini akımlarda son şeklini aldı. Aslında bu dini akımlar Pazar-Okulu-Öğretisi sınırını hiçbir zaman aşamadı ve dini bir öğreti olmaktan çok ileri boyutta bir Pollyannacılık çizgisinde takılıp kaldı. Eline kağıtla kalemi geçiren herkes, insan doğasının ne kadar basit bir mekanizma olduğunu yazmaya koyuldu. Bertrand Russell'ın 1920'lerde yazdıklarına bakılırsa (ki bence bugün yaşıyor olsaydı çok farklı düşünürdü, eminim) insanlara arzuladıkları her türlü duyguyu vücutlarına kimyasal maddeler enjekte etmek suretiyle tattırmak olasıydı. Aldous Huxley'in ünlü kitabı "Cesur Yeni Dünya"da, bas-düğmeye-olsun türü psikoloji anlayışıyla nasıl dalga geçtiğini gözlemliyoruz.

1920'li yıllar insanın gücüne çok güven duyulduğu bir dönem gibi görünse de aslında durum bunun tam tersiydi: makinelere ve onları işletecek tekniklere güven duyuluyordu, insanlara değil. Bireyler kendilerini yüzeysel ve mekanik bir varlık olarak görmeye başlayınca başta insanlık onurları ve bireysel özgürlükleri olmak üzere pek çok olumlu değerlerini yitirdiler.

1920'lerden bugüne geçen süre içerisinde, insana olan inancın yıkılışına daha yakından tanık oluyoruz. Önümüze bireyin kendisinin de, tercihlerinin de önemsiz olduğuna dair sayısız kanıt kondu. Suratımıza yediğimiz her totaliter rejim tokadında kendimizi daha da küçük ve etkisiz hissettik.

içimizdeki benlik, bir takım güçler tarafından okyanusta sürüklenen buğday tanesi misali neredeyse yok denecek bir boyuta indirgendi.

İşte bunun içindir ki, artık çoğu insan, önemsizliğini ve değersizliğini gösterecek dışsal nedenler bulmakta hiç zorlanmıyor. Bunca dev sorunların, politik ve sosyal hareketlerin karşısında nasıl davranabiliriz ki diye soruyorlar. Politika bir yana, dinde ve hatta bilimde bile korkunç bir otoritenin varlığı kabul görüyor; insanlar bu otoriteye inandıklarından değil, kendilerini otoriteye karşı çıkamayacak kadar güçsüz ve ezik hissettikleri için. O halde kitleleri peşinden sürükleyen o lideri takip etmekten başka (Avrupa'da olduğu gibi) ne kalıyor geriye? Geleneklerin baskısına boyun eğmekten, toplumun beklentilerine esir olmaktan başka?

Böylesine işleyen bir mantık dizgisinde, öyle görünüyor ki, atlanan çok önemli bir nokta var: Toplumları derinden sarsan sosyal, politik ve ekonomik faaliyetlerin nedeni büyük ölçüde insanların benliklerine duydukları sevgi ve saygıyı kaybetmelerinde yatıyor. Daha net bir şekilde ifade etmek gerekirse, benlik duygusunun yitimi ve kitle hareketlerinin başlaması toplumumuzdaki tarihsel değişimlerin birer sonucu olarak karşımıza çıkıyor. Bu da gösteriyor ki, her şeyden önce totalitarizme ve bizi özümüzden uzaklaştıran her şeye karşı koymamız ve onurumuzu yeniden kazanmamız gerekiyor.

Toplumumuzda iyice aşina olduğumuz benlik duygusunun yitirilmesi olayına şaşırtıcı bir örgü içinde Albert Camus'un "Yabancı" adlı romanında rastlıyoruz. Romanın ana kahramanı, son derece sıradan bir Fransız. Bu adam annesinin ölümünü yaşıyor, sonrasında işe gidiyor, hiçbir bireysel ilgi duymadan bir takım ilişkiler geçiyor başından, kendi sistemi dahilinde olup olmadığı belirsiz cinsel deneyimleri de oluyor bu arada. İlerleyen bölümlerde bir adam öldürüyor kahramanımız ama kazayla mı yoksa kendini korumak için mi öldürdüğü meçhul. Cinayet suçuyla yargılanıp idam ediliyor ve tüm bunlar gerçekdışı bir çerçevedeymiş gibi anlatılıyor. Adam kendisine ne olduğunu bile fark etmiyor çünkü hiç kendisiymiş gibi davranamıyor. İster istemez Kafka'yı çağrıştıran bunaltan ve şok eden bir sis perdesine gömülmüş bir kitapla karşı karşıyayız. Her şey bir rüyaymış izlenimini veriyor; adamın gerçek dünya ile tüm bağlarının kopmuş olduğunu fark ediyoruz. O ne cesaretten, ne de umutsuzluktan payını almış birisi. O, kendini bilmeyen bir adam. Ancak romanın sonlarında infaz saatinin yaklaştığı dakikalarda ucundan da olsa gerçekliğin ışığını görür gibi oluyor, George Herbert'in dizelerini anımsatırcasına:

Önündeki her şeye çarpan
Yolunu yitirmiş deli bir gemi bu.....
Tanrım, yani kendim demek istiyorum.

Yabancı bize, kendine tamamen "yabancılaşmış" günümüz insanının korku dolu iç dünyasının bir resmini çiziyor adeta.

Benlik gücünü yitirmenin daha az dramatik örneklerine toplumumuzda o kadar sık rastlıyoruz ki, çoğu zaman bunların üzerinde hiç durmuyoruz bile. Son günlerde radyo programlarının sonunda hep tekrar edilen şu garip ifadeyi düşünün bir kere: 'Dinlediğiniz için teşekkürler.' Şöyle bir kafa yoracak olursanız bu ifade aslında son derece garip bir içeriğe sahiptir. İzleyici eğlendiren, yani ona belli bir değerde bir şeyler veren kişi, neden izleyiciye verileni aldığı için teşekkür ediyor? Alkışlara teşekkür etmek başka bir şeydir, alıcıya eğlenmeye razı olduğu ve dinleme sabrı gösterdiği için şükranlarını sunmak başka şey. Bu ifade yapılan faaliyetin değerinin - ya da değersizliğinin- otomatikman salt seyircinin -ki burada seyirci sayın majesteleri kamuoyu olmakta- inisiyatifine bırakıldığını gösteriyor. Kreisler'in çaldığı bir konçerto sonrasında izleyicilere dinledikleri için teşekkür ettiğini hayal etsenize! Radyodaki sunucunun kullandığı bu ifadeyle esas olarak ima ettiği şey, her türlü şaklabanlığı yaptığı yetmiyormuş gibi majestelerine de izlediği için sonsuz şükranlarını sunmak zorunda olan soytarılardır. Gerçekten de soytarılık, bir insanın içine düşebileceği en aşağılayıcı durumdur.

Tabii ki yukarıdaki paragrafta amacımız radyo sunucularını eleştirmek değil. Onların kullandığı kapanış cümlesi, toplumumuzda hızla yayılan bir tavrı simgeliyor: Tahminimizden de çok insan davranışlarının değerini davranışın niteliğine göre değil de davranışın nasıl karşılandığına bakarak değerlendiriyor. Pasif durumdaki şahıs -yani kendisi için herhangi bir davranışta bulunulan birey- davranışı etkili veya etkisiz hale getirecek gücü kazanıyor bir anda. Davranışı etkin olarak yapanın da hiçbir işlevi kalmıyor. Böylece hayatımız boyunca yaşayan ve hareketlerini yönlendiren bilinçli bireyler yerine gösteri sanatçılarından ileri gidemiyoruz.

Seks kavramına bağlı bir örnek vermek gerekirse, bu durum erkeğin cinsel ilişki sırasında kadına karşı takındığı 'lütfen tatmin ol' türü tavırlara -ki bu düşünce farkında olmasa da çoğu erkeğin içine düştüğü bir takıntıdır- benzetilebilir. Eğer adam gerçekten sadece kadını tatmin edip edemediğiyle ilgileniyorsa, bütün enerjisini ve hislerini ilişkiye kanalize edemez ve pek çok kez de kadının tatmin olamamasında bu neden yatar. Bir jigolonun tekniği ne kadar mükemmel olursa olsun, hangi kadın bunu tutkunun gerçekliğine tercih

eder? Jigolonun ve kralın soytarısının özünde davranışa değil pasifliğe bağlı güç ve değer ilişkisi vardır.

Benliğimizin nasıl çözülmekte olduğuna dair başka bir örneği mizah ve gülmek olgularını düşünerek görebiliriz. Genel olarak, bireylerin espri anlayışının benlik anlayışı ile ne kadar ilgili olduğu pek anlaşılmış bir gerçek değildir. Mizah anlayışının temel görevi benlik duygusunu muhafaza etmektir. Onun sayesinde salt insanlara mahsus bir yetenekle en zor durumlarda bile kendimizi ayakta tutabiliriz. Mizah, kendimizle problemlerimiz arasına bir mesafe koymanın ve sorunlara dışarıdan belli bir perspektifle bakmanın en sağlıklı yoludur. Panik esnasında birey gülemez, çünkü kendiyle dış dünya arasındaki ayrımı yitirmiştir. Dolayısıyla gülebildiğimiz müddetçe endişe ve korkunun egemenliğinden kurtuluruz -nitekim halk arasında tehlike anında bile gülebilenlerin gerçekten cesur olduğu inancı yaygındır. Psikolojik rahatsızlıkları olanlarda bile, hasta gerçek bir mizah anlayışını kaybetmediği sürece- başka bir deyişle güldükten sonra kendine bakıp, " Ne kadar çılgınım ben!" diyebildiği müddetçe benlik olgusunu yitirmemiş demektir. Psikolojik problemlerimizi -nörotik olsun ya da olmasın- anlamaya çalıştığımızda, ilk tepkimiz genellikle ufak bir gülümsemedir. Gülmemize neden olan şey, objektif bir dünya içinde tepkiler veren sübjektif bir varlık olduğumuzu algılamamızdır.

Mizahın günlük hayatımızdaki rolünü inceledikten sonra şimdi şu soruyu soralım: Toplumumuz mizahı ve gülmeyi nasıl algılıyor? Hiç şüphesiz bu soruyu cevaplarken karşılaşacağımız en ilginç gerçek gülmenin metalaştırıldığı gerçeğidir. 'Bir kahkaha' denir veya bir filmin ya da radyo programının ne kadar güldürdüğü bir sürü makinenin ses ölçümleriyle kanıtlanmaya çalışılır. Kısaca, bir düzine portakaldan, bir sepet elmadan bahseder gibi kahkahayı da belli miktarlarla ifade etmeye bayılırız.

Yine istisnalar karşımıza çıkıyor: Örneğin E.B. White'ın yazıları, mizahın okurun insan olarak hissettiği değer ve gururu nasıl derinleştirdiğini ve onu ilgilendiren konularla yüz yüze geldiğinde gözlerindeki bağı nasıl çözdüğünü kanıtlıyor. Ama çoğunlukla gülmek denince aklımıza miktara bağlı kahkahalar geliyor. Bu çağrışımları da radyo için tuhaf programlar üreten yapımcıların 'bas- düğmeye- olsun' tekniklerine borçluyuz. Tuhaf radyo programlarında "kahkaha", Thorstein Veblen'in deyimiyle "kahkaha gazı" şeklinde sunuluyor. Dinleyici bilinçsiz bir kahkaha atarken tüm duyarlılığını ve farkındalığını yitiriyor. O zaman gülmek, sorunlarla savaşmak için yeni ve cesur bir bakış açısı kazandıracağı yerde bireyi devekuşu misali her şeyden kaçmaya itiyor. Bu tür gülmenin gerginlikten uzaklaştırıcı etkisi, alkole ve cinsel ilişkiye benzetilebilir. Yalnız bir şeyi unutmamak gerekiyor: Alkol almaktaki veya cinsel ilişkideki amaç gerçeklerden kaçmaksa, aktivite sona erdiğinde birey kendisini aynı önceden olduğu kadar yalnız ve terk edilmiş hisseder. Aynı şey gerçeklerden kaçmak için atılan kahkahalar için de geçerlidir.

Başka tip bir gülüş tarzı ise 'intikam gülüşü' dür. Bu tip gülmenin gülümsemekle en ufak bir ilgisi yoktur ve karşı tarafa yönelik kazanılmış bir zaferi simgeler. Öfkeli birisinin suratında göreceğiniz gülüş, 'intikam gülüşü' dür. Bana sorarsanız, 'intikam gülüşü' denilen şey, Hitler'in gülümsediği iddia edilen fotoğraflarındaki o sinir bozucu yüz ifadesidir. Onda kendi varlığını zenginleştirmeye yönelik yeni bir adım atmış birey havası değil, başkalarının benliklerini ezip geçmiş bir insan havası vardır. Aynen 'kahkaha gazı' örneğinde

de belirttiğimiz gibi, 'intikam gülüşü' de bireyin kendi özüne ait değer ve onur bilincinden ne kadar uzaklaştığını kanıtlar.

Benlik değeri hissini ve benlik onurunu kaybetme konusu, kitabın ilerleyen bölümleri boyunca bazı okuyucularımızın en çok takıldığı noktalardan biri olacaktır. Pek çok birey kendini yeniden keşfetmenin ne denli önemli bir problem olduğunu anlamamakta ısrar etmektedir. Onlar hala 'kendi olmak' deyimini 1920'lerdeki 'bireysel dışavurum' anlayışıyla eş anlamlı görmektedirler ve sürekli şu soruları sorarlar: " Bir kimsenin kendi gibi olması sıkıcı olduğu kadar ahlak dışı da değil midir?" ya da " Chopin çalan birisi kendi yorumunu da dışa vurmak zorunda mıdır?" Bu sorular bile 'kendi olmak' olgusunun anlamından ne derece uzaklaşıldığının kanıtıdır. Bunun içindir ki, çoğu insan Sokrat'ın 'kendini bil' özdeyişinde aslında insanlığın en zor mücadelesinin yattığını anlayamaz. Onlar aynı şekilde Kierkegaard'ın şu cümlesini de tamamıyla anlaşılmaz bulmuşlardır: "Riske atılmak en uç anlamda tamamıyla kendi öz bilincimize erişmektir."

BİREYSEL İLETİŞİM DİLİMİZİN KAYBOLUŞU

Benlik bilincimizle beraber kaybetmekte olduğumuz başka bir şey ise diğer insanlarla aramızdaki bireysel iletişim dilidir. Batı dünyasının geçirmekte olduğu yalnızlık hastalığının belki de en kayda değer yönlerinden biri de budur. 'Sevgi' sözcüğünü ele alalım: Bu sözcük bireysel duyguların aktarımında hiç şüphesiz büyük yer tutar. Bu kelimeyi kullandığınızda karşınızdaki birey, sizin Hollywood türü bir ilişkiden, veya basit bir pop şarkısında geçen "Ben sevgilimi çok seviyorum; o da beni" cinsinden bir sevgiden veya merhamet duymaktan veya arkadaşlık sevgisinden ya da cinsel herhangi bir dürtüden bahsettiğinizi düşünebilir. Aynı durum teknik terimlerle ilgili olmayan hemen her sözcük için geçerlidir; "doğruluk", "bütünlük", "cesaret", "ruh", "özgürlük" ve hatta "benlik" gibi. Genelde insanlar, bu tür kelimeler için kendi içlerinde belirli anlamlar ve çağrışımlar oluşturmuşlardır ve karşı tarafın çoğunlukla bu anlamları algılayamayacaklarını bildiklerinden, bu sözcükleri kullanmaktan özellikle kaçınırlar.

Erich Fromm'un da belirttiği gibi, teknik terimler konusunda kelime haznemiz hayret uyandıracak kadar mükemmeldir; bir araba motorunun tüm parçalarını eksiksiz ve hatasız sayabiliriz. Ne var ki, iş anlamlı bireysel ilişkiler kurmaya gelince sürmenaja uğramış gibi oluruz: elimiz ayağımıza dolaşır, işaret dilinden başka dil kullanamayan sağır ve dilsizlerden pek bir farkımız kalmaz.

Bir bakıma kullandığımız dilin etkisini giderek kaybetmesi, size garip gelse de, tarihte içinde bulunduğumuz bir çöküntünün habercisidir. Tarih dönemlerinin yüzyıllar içindeki iniş ve çıkışlarını inceleyecek olursanız, dilin belli zamanlarda ne denli güçlü ve etkili olduğunu göreceksiniz. M.Ö. beşinci yüzyılda kullanılan Yunanca'da, Shakespeare'in İngilizcesinde ve Kral James'in İncil çevirisinde bu gerçeğe tanık olmak olasıdır. Başka diğer dönemlerde dil yer yer anlamsal olarak zayıflamış ve netliğini yitirmiştir. Helenistik dönemde Yunan medeniyetinin bozulmaya yüz tuttuğu zamanlar bu tür zaman dilimlerini yansıtır. İnanıyorum ki, toplumların birlik içinde olduğu zamanlarda dilin de son derece zenginleştiği ve toplumun süratli bir çözülmeye maruz kaldığı süreçlerde ise dilin gücünü kaybettiği araştırmalarla kanıtlanabilir.

Eserlerinden birinde Goethe, "Ben on sekiz yaşındayken Almanya da on sekiz yaşındaydı." demiştir. Bu cümle ile Goethe'nin değindiği gerçek, kendi ulusunun birlik ve güce yöneldiği bir anda aynı olgunun dilde de yaşanmakta olduğudur. Bu gerçek artık daha iyi anlaşılmaya başlanıyor olsa gerek, günümüzde anlambilim (semantik) çalışmalarına bir hayli önem verilmektedir. Oysa esas rahatsız edici olan, sözcüklerin anlamı üzerinde bu kadar emek harcamamıza rağmen iletişim kurmaya neredeyse hiç zaman ve enerjimizin kalmamasıdır.

Bireysel iletişim kurmanın kelimeler dışında müzik, resim gibi daha çeşitli yolları da vardır. Resim ve müzik tarih boyunca toplumdaki diğer insanlara çok derin, anlamlı ve özel mesajlar göndermek isteyen hassas insanların sözcüsü olmuştur. Şimdi ise modern müzik ve modern resimde iletişim kurmayan bir dil gözlemliyoruz. Çok zeki olsak bile, sanat eserlerini o gizli şifreyi bilmeden incelemeye kalkarsak hiçbir şey anlayamayız. Ekspresyonizmden (dışavurumculuk) empresyonizme (izlenimcilik), kübizmden dadaizme kadar uzanan geniş bir yelpazede birden Mondrian'in kareleri ve dikdörtgenleri karşılar bizi. Jackson Pollock'ın oraya buraya rasgele vurulmuş fırça darbeleri gibi görünen ve adını da yalnızca bitiriliş tarihinden alan bir resimden ne anlaşılabilirse ancak onu anlarız. Elbette bu iki ressamın eserlerini eleştirmek değil amacım; kaldı ki her iki ressamın da yapıtlarından hoşlandığımı söylemeliyim. Fakat böylesine yetenekli iki sanatçının son derece kısıtlı bir dil kullanarak iletişim kurabilmeleri toplumumuz hakkında göz ardı edilemeyecek kadar önemli mesajlar taşımıyor mu?

New York'taki Sanat Akademisi Öğrencileri Birliği'ni ziyaret edecek olursanız -ki bu birlik bünyesinde dallarında en çok söz sahibi sanat hocalarını ve en yetenekli öğrencileri barındırmaktadır- girdiğiniz her stüdyoda tamamen farklı bir stilin hakim oluşuna çok şaşırabilir ve her seferinde kendinizi farklı duygulara kaptırabilirsiniz. Rönesans döneminde sanat eğitimi almamış sıradan herhangi bir insan Rafael'in, Leonardo de Vinci'nin ya da Michelanj'ın bir tablosuna bakıp tabloda hayatın genel düzenine veya kendi iç dünyasına ait bir şeyler görebilirdi. Ama bugün sanat eğitimi almamış birisi New York'ta 57. Cadde'de herhangi bir galeriye girip Dali, Picasso ya da Marin'e ait bir eseri incelerse, hiç şüphe yok resimdeki şeylerin ne olduğunu "Tanrı" ile ressamdan başka kimsenin bilmediğine kesin kanaat getirir. Hatta kendi kendine hiçbir şeyden anlamadığını düşünüp bu durumdan büyük rahatsızlık da duyabilir.

Nietzsche'ye göre insanlar, davranışlarındaki değişmez motiflere göre, yani "stil"lerine göre birbirlerinden ayrılırlar. Bu yargı kısmen kültür için de geçerlidir. Yine de bugünün "stili" ne diye soracak olursak, modern denebilecek hiçbir tarzın mevcut olmadığını görürüz. Yakın geçmişte resimde özellikle Cézanne ve Van Gogh ile ortaya çıkan farklı akımların ortak yanı, hepsinin de on dokuzuncu yüzyıl sanatının duygusallığından ve ikiyüzlülüğünden kaçmanın yollarını arıyor olmalarıdır. Bilinçli olsun ya da olmasın, onlar resimlerinde dünyayı yeni yeni algılamaya başlayan bir benliğin gerçek yaşam öyküsünü aktarmaya çalışmışlardır. Gerçeğin ve dürüstlüğün peşinden koşan bu arayışa -ki Freud ve Ibsen de zaman içinde kendi dallarında bu arayışın bir parçası olmuşlardır- rağmen, ortaya çıkan sonuç bir akımlar potborisi olmuştur. Bu akımlar karmaşasının çağımızın parçalanmış karakterini mükemmel biçimde yansıttığı söylenebilir. Resimlerin neredeyse tümünün bütünlükten yoksun oluşu hemen fark edilmektedir ve bize içinde yaşadığımız hayatın niteliği ile ilgili önemli ipuçları vermektedir.

İşin daha ilginç bir boyutu ise her ressamın veya bestecinin ulaşmak istediği kitleye hitap etmek için ne tür bir dil kullanacağına karar veremeyip, art arda bir sürü yol deniyor olmasıdır. Ne yazık ki, herhangi bir açıdan ortak bir iletişim dilinin varlığını göremiyoruz. Picasso gibi bir dev bile hayatı boyunca Batı toplumunu anlatmak istercesine dört kez stilini baştan aşağı değiştirebiliyor. Sizi bilmem ama bu olay bana okyanusun ortasında ulaşabileceği bir dalga boyu yakalamak umuduyla sürekli radyosunu kurcalayan bir kazazedeyi çağrıştırıyor. Gerçekten de ruhsal açıdan denizin ortasında yapayalnız kalmış gibiyiz ve yalnızlığın yarattığı boşluğu anlaşabildiğimiz tek dilde konuşarak, yani en son haberlerden, iş konularından ve televizyon dizilerinden bahsederek, dolduruyoruz. Ruhumuzun derinliklerinde yaşadıklarımız giderek daha bir köşeye itiliyor ve daha yalnız, daha çok boşlukta hissediyoruz kendimizi.

"BİZE AİT ÇOK AZ ŞEY VAR DOĞADA"

Benlik duygusunu kaybetmiş insanlar aynı zamanda doğayla olan bağlantılarını da koparırlar. Doğanın hareketsiz nesneleriyle -ağaçlar, dağlar vb.- yaşamsal bağıntılarını yitirdikleri gibi, hareketli nesnelere, yani hayvanlara karşı duydukları sempatiden de uzaklaşırlar. Psikoterapi esnasında, kendini boşlukta hisseden insanlar çoğu zaman eksikliğini duydukları şeylerin doğaya verdikleri tepkide gizli olduğunun farkındadırlar. Büyük bir üzüntüyle, başka insanlar gün batımından etkilendiği halde kendilerinin hiçbir şey hissetmediklerini anlatırlar. Diğer insanlar okyanusu büyük bir hayranlıkla izlerken, onlar kayalıkların üzerinde gördükleri manzaradan hiçbir şey çıkaramadıklarından yakınırlar.

Doğayla olan ilişkimizi koparan diğer bir faktör ise endişedir. Okulda atom bombasından korunma yollarının anlatıldığı dersten sonra eve gelen küçük kız annesine şu soruyu sorar: "Anne, gökyüzünün olmadığı bir yere taşınamaz mıyız?" Küçük kızın son derece ürkütücü olan bu sorusu bir alegoriden başka bir şey olmamakla beraber, doğadan kopuşumuzu gayet iyi sembolize etmektedir. Modern çağın insanı icat ettiği atom bombasından o kadar korkmaktadır ki; özgürlüğünü hatta hayal gücünü simgeleyen gökyüzünden kaçıp sürekli mağaralarda saklanmak zorundadır.

Söylediklerimizi daha günlük hayata yaymamız gerekirse, iç dünyasında boşluk hisseden insan dış dünyasını da boş, anlamsız ve ölü olarak görmektedir. Boşluk hissinin iki yüzü, aslında giderek zayıflayan yaşama bağlılığın değişik şekilde kendini göstermesidir.

Doğayla olan iletişimimizi kaybetmenin ne demek olduğunu daha iyi anlayabilmek için modern çağda doğaya olan yakınlığımızın nasıl bir anda güçlenip sonradan nasıl yok olduğuna bakabiliriz. Avrupa Rönesans'ının en belirleyici özelliklerinden birisi doğaya karşı duyulan sevginin her şekilde -ister hayvanların ve bitkilerin, isterse yıldızların ve gökyüzünün renklerinin anlatımında olsun- dışa vurulmasıydı. Rönesans'ın başlarında, Giotto'nun yapıtlarında bu duygunun çok güzel bir biçimde hayata geçirildiğini görebilirsiniz. Ortaçağın katı ve kalıplara sokulmuş doğa anlayışına tanık olduktan sonra Giotto'nun duvar kabartmalarını (freskler) inceleyecek olursanız, koyunların, köpeklerin ve eşeklerin bu denli güzel tasvir edilmiş olmasına hayran kalacaksınız. Ve Ortaçağ ressamlarının aksine Giotto'nun ağaçları, kayaları dini anlamları için değil salt doğal güzellikleri için çizdiğini görecek; onun resimlerinde insanların sevinçlerinin, üzüntülerinin, rahatlıklarının 'bireye özgü' duygular şeklinde anlatıldığını fark edeceksiniz. Giotto'nun eserleri bizlere insanın kendine yakın olduğu zamanlarda doğa ve hayvanlarla da barıştığını anlatır.

Yeni yeni gelişmeye başlayan doğaya yakınlık hissi, Rönesans'taki insan vücuduna hayranlık temasında da işlenmiştir. Bunu pek çok değişik şekilde görmek mümkündür: Boccaccio'nun şehvet dolu hikayelerinde, Mikelanj'ın resimlerindeki kusursuz, güçlü ve uyumu simgeleyen insan bedenlerinde ve Shakespeare'in insan hayatının hem fiziksel hem ruhsal anlamda en derinlerine inen oyunlarında. Aynı hisse doğanın son derece bilimsel yöntemlerle araştırılmasında da tanık olabiliriz. Böylelikle Rönesans'ın o dev, 'evrensel' karakterlerinin güçlerini doğaya duydukları o sarsılmaz bağlılık ve hayranlıktan aldıklarını söyleyebiliriz sanıyorum.

Ne var ki, on dokuzuncu yüzyılın sonlarına doğru doğaya yönelen bu ilgi giderek makineleşmeye başladı. İnsanoğlunun tek gayesi doğaya hükmetmek ve onu istediği gibi elinde oynatmak olmuştu. Paul Tillich bu durumu 'dünyanın büyüsü bozuldu.' sözleriyle açıklar. Aslında büyünün bozulması on yedinci yüzyıla dek uzanmaktadır. On yedinci yüzyıla damgasını vuran en önemli düşünürlerden biri olan Descartes, ruh ve bedenin tamamen ayrılmasının mümkün olduğunu savunmuş ve ruhun insanın iç deneyimlerini, bedenin ise fiziksel aktiviteleri yönlendirdiği fikrini ortaya atmıştır. Bu düşüncelerden ortaya çıkan yargıların oldukça taraflı olduğunu görüyoruz zira onlardan elimizde kalan tek sonuç, insan ruhunun bir kenara konup tüm dikkatin mekanik davranışlara yöneltilmesi olmuştur. Durum böyle olunca on dokuzuncu yüzyılın her şeyin paraya dayandırıldığı ve bilimin de buna alet edildiği bir dönem olmasına şaşmamak gerek.

Yine bir konuya özellikle değinmek istiyorum. Biz elbette ki burada teknolojik ve endüstriyel gelişmeleri tenkit etmeye çalışmıyoruz. Bizim tüm demek istediğimiz tarihteki gelişmelerle insan-doğa ilişkisinin doğrudan örtüştüğüdür.

On dokuzuncu yüzyılın başlarında pek çok diğer şair gibi William Wordsworth de doğayla olan iletişimimizin nasıl yok olmakta olduğunu görmüştür. Wordsworth'e göre bunun sebebi paraya ve ticarete olan aşırı bağımlılığımızdır ve sonumuz boşluk hissi ve yalnızlık olacaktır.

Wordsworth'ün Proteus ve Triton gibi mitolojik karakterlerin varlığına özlem duyması tesadüf değildir. Bu karakterler doğanın insanlara atfedilen yönlerini simgelemektedirler. Proteus devamlı şeklini formunu değiştiren bir tanrıdır ve sürekli bir devinim içinde olan denizi sembolize eder. Triton ise deniz kabuğu biçiminde borusu olan bir tanrıdır. Bu borudan çıkan şey ise deniz kıyısındaki kabukların içinden gelen uğultudur. Proteus ve Triton bizim kaybetmekte olduğumuz her şeye birer örnektirler. Neyi mi kaybediyoruz? Doğada kendimizi bulma yeteneğimizi, kendi deneyimlerimizin doğayla kurduğu ilişkinin geniş ve zengin boyutunu ve daha birçok şeyi.

Descartes'ın öne sürdüğü fikirler modern çağ insanına cadılara inanmaktan vazgeçmesini sağlayacak sağlam bir felsefi temel kazandırdı ve böylece on sekizinci yüzyılda ortalığı kasıp kavuran "cadılık" kurumu da rafa kalkmış oldu. Birçok kimse bunun son derece yararlı bir gelişme olduğunu düşünebilir ama şunu unutmamak gerekir ki cadılarla beraber periler, cüceler, orman perileri gibi ormanların bize sunduğu pek çok yaratık da böylece tarihe karışmış oldu. Yaygın olan kanı, bu düşünce akımının insanlığı "batıl inançlardan" ve "büyü"den kurtardığı yönündedir. Ben burada bir yanlışlık olduğunu düşünüyorum.

Perilerden, cücelerden ve orman perilerinden kurtulmakla başardığımız tek şey hayatlarımızın renkliliğini fakirleştirmek oldu ki, bence insan beynini "batıl inançlar"dan kurtarmanın yolu hayal dünyalarını fakirleştirmekten geçmez. O eski hikayeyi hatırlayalım: Evine musallat olmuş kötü ruhtan bir şekilde kurtulmayı başaran adam tam bunun keyfini çıkarmaya hazırlanırken, evin şimdi boş kaldığını gören kötü ruh yanına kendi gibi yedi kötü ruh daha alarak geri döner. Adamın durumu eskisine göre çok daha kötüleşmiştir şimdi. "Totaliter mitoloji"ye kendini kaptıranlar da zaten bu "batıl inanç"lardan arınmış beyinlerdir ve onlar bu sefer kurtuluşu çok daha zararlı olan modern çağ palavralarında arar olmuşlardır. Gerçekten de dünyamızın büyüsü bozuldu; sadece doğayla olan bütünleşmemizi yitirmedik, kendi kendimize karşı da yabancılaştık.

İnsan olarak hepimizin kökleri doğaya dayanır. Örneğin bedenlerimizin kimyası temelde havanın ve toprağınkiyle aynıdır. Bunun dışında gerek günlerin, gerekse mevsimlerin oluşumundaki ritim aynı zamanda vücutlarımızın ritmidir. Yemek ve uyku düzenimiz, cinsel arzularımız ve genel ruh halimiz hep doğanın kalp atışlarından hızını alır. Proteus denizdeki devinimin bireyleştirilmiş biçimidir çünkü değişim (ruh halimizin değişkenliği, adaptasyon mekanizmamız, çeşitliliğimiz) denizin ve bizim ortak olarak paylaştığımız bir şeydir. Bu anlamda, doğayla bütünleşmek demek köklerimizi ait oldukları yere -toprağa- geri koymamız demektir.

Başka bir açıdan ise insan doğadan çok farklı özellikler gösterir. İnsan kendine özgü bir bilince sahiptir ve bireysel kimliği onu tüm diğer canlı ve cansız varlıklardan ayırır. Fakat doğa için bizim bireysel kimliğimizin hiçbir önemi yoktur. Doğayla bütünselliğimizin temelinde yatan şey bu kitapta baştan beri vurgulamaya çalıştığımız tema, yani öz bilincin farkında olmaktır. Doğanın belli bir kimliği yoktur ama bizlerin var ve biz doğanın sessizliğini kendi iç deneyimlerimizin canlılığıyla doldurmak zorundayız.

Kendini gereğinden fazla kaptırmadan doğaya bağlanmak son derece güçlü bir karakter gerektirir. Doğanın sessizliğini ve cansızmış gibi görünen karakterini algılamaya çalışmak potansiyel bir tehlikeyi de içinde taşır. Kayalık bir tepenin üzerinden korkunç dalgalarla kabarmakta olan bir denizi izlediğinizi hayal edin. Denizin kimseye karşı acıması olmadığını ya da deniz için kimsenin bir diğerinden farkı olmadığını düşünüyorsanız eğer, kendi hayatınızın da saniyenin onda biri kadar bir zamanda bu okyanusta yitip gidebileceğini de fark edersiniz ve bu korkutucudur. Veya önünüzde uzanan ve heybeti karşısında çok etkilendiğiniz sıradağları canlandırın kafanızda. Yüksek yamaçları ve aşılmaz gözüken tepeleri karşısında hayranlığınızı gizleyemediğiniz bu dağlar aslında "kimsenin dostu olmadığı gibi insanlara asla yapamayacağı bir şey için söz vermemiştir." Bu uzun granit duvarın herhangi bir yamacından aşağı yuvarlansanız, yok oluşunuz dağ için bir şey ifade etmeyecektir ve siz de bunu pekala bilirsiniz. Yine korktunuz. Cansız gibi görünen doğayla bu denli yakın yüzleştiğinizde duyduğunuz korku, "hiçlik" ve "var olmama" korkusudur. "Sen topraksın ve yine toprağa döneceksin." Ne kadar boş bir teselli, öyle değil mi?

Doğayla ilgili bazı deneyimler çoğu insanda dayanabileceklerinden fazla endişeye yol açabilir. Endişeden kaçmanın yolu ise bu düşüncelerden kendini uzaklaştırıp günlük hayatın koşuşturmasına dalmaktır. Gerçekten de bazı insanların gündüz düşündükleri tek şey öğle yemeğinde ne yiyecekleridir. Başka bir örnekle açıklamak gerekirse, insanların denize "onlara zararı dokunmayacak bir insan" gözüyle baktıklarını; veya "Tanrı"nın her an melekleriyle onları koruduğu gerçeğine sığındıklarını söyleyebiliriz. Ne yazık ki endişeden kaçmak ya da onu beynimizde rasyonel bir kılıfa sokmak bizi sadece uzun vadede daha güçsüz kılar.

Yaratıcı biçimde doğayla bütünleşebilmek güçlü bir karakter gerektirir dedik. Hatta doğanın cansız gücüne karşı kendi canlı varlığını kanıtlamak için daha da sağlam bir benlik bilincine ihtiyaç vardır. Bu noktada varmak istediğimiz sonucun biraz daha ötesine gelmiş bulunuyoruz, bu konuya ilerleyen bölümlerde ayrıca değineceğiz. Temel olarak vurgulamaya çalıştığımız fikir, doğayla olan bağlantımızın kopmasının tamamıyla kendi benlik bilincimizi yitirmekle bağlantılı olduğudur. "Bize Ait Çok Az Şey Var Doğada" tanımlaması günümüz insanlarının zayıflamış ve fakirleşmiş iç dünyalarının bir ifadesidir.

TRAJEDİ ANLAYIŞIMIZIN KAYBOLUŞU

İnsanın birey olarak var oluşundaki değeri ve gururu algılamaktan uzaklaşmamızın son bir sonucu da insan hayatının trajik önemi karşısındaki duyarsızlığımızdır. Trajedi dediğimiz, bireyin değerine olan inancımızdan başka bir şey değildir. Trajedinin içinde insana karşı derin bir saygı ve onun haklarına ve kaderine duyulan bağlılık vardır. Aksi takdirde Orestes'in ya da Lear'ın, sizin ya da benim mücadelemizde başarılı olup olmadığımızın özel bir anlamı olmazdı.

Arthur Miller, "Satıcının Ölümü" adlı oyununun önsözünde hayatımızda trajedinin gittikçe azaldığına değinir. Arthur Miller'a göre trajik karakter, 'bireysel onurunu güvence altına almak uğruna her şeyini feda edebilecek birey'dir. "Trajik olay" ise 'insan kişiliğinin çiçek açıp kendini bulabileceği ortamın oluştuğu andır. Bu ortamın oluştuğu dönemlerde Batı Edebiyatı tarihinin en güzel trajedilerinin yazıldığı bir gerçektir. Bunu görmek için Aeschylus ve Sofokles'in Oedipus, Agamemnon ve Orestes'i yazdıgı tarih olan beşinci yüzyılda Yunan Edebiyatı'na veya Shakespeare'in bizlere Hamlet, Makbet ve Kral Lear'ı hediye ettiği Elizabeth dönemi İngiltere'sine bakmak yeterlidir.

"Boşluğun" hakim olduğu çağımızda trajedinin giderek az rastlanır bir şey olduğunu gözlemliyoruz. Son zamanlarda yazılmış bir takım trajediler olsa bile bunların trajik teması da Eugene O'Neill'in "Buzadam Geliyor" adlı eserindeki gibi insan hayatının boşluğu ve anlamsızlığı oluyor. "Buzadam Geliyor" adlı oyun bir barda geçer. Barda alkolikler, hayat kadınları ve daha sonradan psikolojik nevrozun eşiğine gelen oyunun esas karakteri bulunmaktadır. Oyun boyunca bütün bu insanlar hayatlarında en son ne zaman bir şeye gerçekten inandıklarını hatırlamaya çalışmaktadırlar. Oyunda acıma duygusunu ve klasik trajedi dehşetini veren unsur ise insanlık onurunun büyük bir boşluğun içinden izleyiciye yansıyan yankılanışıdır.

Daha önce de bahsettiğimiz Arthur Miller'ın "Satıcının Ölümü" adlı oyunu sıradan insanların trajedisini anlatan ender eserlerden biridir ve bu sıradan insanların dünyası da bizim içinde yaşadığımız toplumdur. (Oyunun film versiyonunda maalesef Willie Loman özellikle acınacak, aciz bir karakter olarak verilmiştir. Dolayısıyla sadece filmi izlemiş olanlar olayların gerçek trajik boyutunu anlayabilmek için Willie'yi daha geniş bir perspektifte hayal etmek durumunda kalabilirler.) Willie, toplumun ona öğrettiklerini ciddiyetle kabullenmiş; yorulmak nedir bilmeden çalışmanın ve ekonomik gücün tek gerçek olduğuna inanan ve insanın doğru mevkilerde doğru insanları tanıması durumunda sırtının yere gelmeyeceğine ikna olmuş bir adamdır. Bizler için Willie'nin boş hayallerini fark edip onlarla alay etmek kolaydır ancak esas nokta bu değildir. Önemli olan, Willie'nin bu öğretilere gerçekten inanmış olmasıdır. Willie kendi varlığını ciddiye almış birisidir ve bu yüzden kendisine öğretileni hayattan beklemeye de hakkı vardır. "Onun mükemmel birisi olduğunu söylemiyorum." der Willie'nin karısı, çocuklarına Willie'nin bunalımını anlatırken, "ama o da bir insan ve başına gelenler çok korkunç. Onun için onun durumuna dikkat etmek ve ona ilgi göstermek zorundayız." Trajik olan gerçek, Willie'nin ne Kral Lear gibi haşmetli ve saygı duyulan ne de Hamlet gibi iç dünyası çok zengin birisi olmasıdır. Karısının deyimiyle o 'sığınacak bir liman arayan ufak bir kayık'tır. Willie'ninki bütün bir tarih dönemine mal edilebilecek bir trajedidir. Willie gibi kendilerine öğretilen her şeye yürekten inanan ama sonradan hepsinin koca bir yalandan ibaret olduğunu anlayan binlerce insanı düşünecek olursak, o zaman eski çağlardaki trajedilerde olduğu gibi acıma hissi ve korkuyla dolabiliriz. "O asla kim olduğunu bilemedi." fakat o kim olduğunu bilebilme hakkını çok ciddiye almıştı.

Miller'a göre, "trajedi kahramanının karakterindeki aykırılık, kişilik onuruna bir saldırı olarak gördüğü durum karşısında pasif kalmayı reddetmekten başka bir şey değildir. Sadece başına gelenleri olduğu şekliyle kabullenenler 'aykırı' değillerdir ve çoğumuz bu gruba dahiliz." Miller aynı zamanda trajedinin bizi şoke eden yönünü "bizi kim ve ne olduğumuza dair kendimiz için seçtiğimiz imajdan koparıp alacak bir felaketin gerçekleşmesi" olarak açıklamaktadır. "Bugün bizim içimizde bu korku belki de şimdiye dek olduğundan çok daha yoğun bir biçimde mevcuttur."

Trajedinin hayatımızda giderek azaldığından bahsediyoruz diye kötümser görüşlerin avukatlığını yaptığımız düşünülmesin. Tam tersine, Miller'ın da dediği gibi, "yazar açısından trajedi aslında komediye göre çok daha iyimser bir tablo çizmektedir. Trajedinin son aşamada vermek istediği, insanın en üstün değerlerini başka bir insanın bakış açısından ön plana çıkarmaktır." Trajedi, insanın özgür doğasına ve kendini gerçekleştirme isteğine çok ciddi yaklaşır. Bu da "insanın yıkılmaz iradesinin onu gerçek insanlığa götüreceğine" olan inancın bir göstergesidir.

İnsan doğası hakkında bildiklerimiz ve psikoterapi seansları esnasında ortaya çıkan bilinçaltı ikilemler insan yaşamındaki trajik boyutun geçerliliğine dair bize yeni dayanaklar sağlamaktadır. Psikoterapist bireyin iç dünyasında meydana gelen en özel çalkantılara tanık olma ayrıcalığına sahiptir. Bu çalkantılar sırasında birey hem kendi benliğiyle hem de dış faktörlerle amansız bir mücadeleye girer ve onun mücadelesini izleyen psikoterapist bireyin benliğiyle ilgili yeni yönler keşfeder. İnsanlar kendi kendilerini kandıramayacaklarını anlayıp bir takım gerçekleri kabul etmeye başlayınca da psikoterapist arzuladığı kanıtı elde etmiş olur. İşin bu aşamasında birey kendini ciddiye almayı ve iç dünyasında fark edilmeyi bekleyen güç kaynaklarını keşfetmeyi öğrenir.

Bu bölümde rahatsızlıklarımızın köküne inmeye çalıştık ve ortaya çıkan tablodan teşhis sonuçlarımızın pek de iç açıcı olmadığını görüyoruz. Ama bu içinde yaşadığımız koşulların gidişi de iç açıcı olmayacak demek değil elbette. İyi tarafından bakacak olursak olduğumuzdan daha iyiye gitmekten başka seçeneğimiz zaten yok. Biz bir anlamda psikanalizin tam ortasındayız; tüm savunma mekanizmalarımız ve yanılsamalarımız çökertilmiş durumda. Tek bir şansımız var, o da daha iyiye ulaşmaya çabalamak.

Bizler -biz derken içinde bulunduğumuz tarihi ortamın farkında olan genç, yaşlı herkesi kastediyorum- 1920'lerin 'kayıp' kuşağı değiliz. 'Kayıp' sözcüğü, I. Dünya Savaşı sonrası savaşa karşı çıkan asi gençliğe yöneldiğinde, evinden geçici bir süre ayrılmak zorunda kalmış ama kendi başına kalmaktan çok korktuğu bir anda evine geri dönme şansına sahip olmuş gençleri tanımlıyor. Ama bizim neslimizin geri dönebilmek gibi bir şansı yok. Yirminci yüzyılın ortasında; uçakla Atlantik'i geçmek üzere yola çıkmış pilotlara benziyoruz. Geri dönüş mesafesini çoktan geride bıraktık ve zaten geri dönecek yakıtımız da yok. O yüzden önümüze ne engel çıkarsa çıksın yolumuza devam etmek zorundayız.

O halde yapmamız gereken ne? Yapmamız gerekenler yukarıda anlattıklarımızdan net biçimde ortaya çıkıyor: İçimizdeki güç kaynaklarını yeniden keşfetmek zorundayız. Bunu başarabilmek için öncelikle hem kendi içimizde hem de toplum içinde birlikteliği oluşturacak değerler sistemini yeni baştan oluşturmamız gerekiyor. Ancak ondan da önce bu değerleri oluşturacak kapasiteye ihtiyaç var. Bireylerin yeni bir toplum düzenini inşa etme yolunda büyük sorumluluklar altına girmesi gerekiyor. Yalnız bu şekilde Ortaçağdan Rönesans'a geçildiği gibi bölünmüş ve huzursuz bir toplum yaşantısı geride bırakılabilir.

William James dünyayı iyileştirmek niyetinde olanların işe önce kendileriyle başlamaları gerektiğini söylüyor. Biz buradan, insanın kendi benliğinde güç kaynaklarını keşfetme çabasının uzun vadede toplumundaki bireyler için en yararlı faaliyet olduğu sonucunu çıkarabiliriz. Denir ki, Norveç'te eğer bir balıkçı avlanmaktayken teknesinin bir girdaba doğru sürüklendiğini fark ederse teknenin burun kısmından girdabın ortasına bir kürek atmaya çalışırmış. Şayet küreği doğru bir biçimde atmayı başarırsa girdap durulurmuş ve balıkçı böylece o bölgeden rahatça geçebilirmiş. Aynı şekilde, toplumda kendini güçlendirebilmiş bir birey bile etrafındakilerin paniği üzerinde sakinleştirici etki yaratabilir. Toplumumuzun ihtiyacı olan da budur; süpermenler veya yeni icatlar değil, ayakları üzerinde durabilen, güçlü insanlar. Bir sonraki bölümde görevimiz, kendi iç dünyamızdaki güç kaynaklarını keşfetmenin yolları üzerinde durmak olacak.

İKİNCİ BÖLÜM

BENLİĞİMİZİ YENİDEN KEŞFETMEK

3

BİREY OLMA DENEYİMİ

Kendimizin farkına varma" yolculuğuna çıkmadan ve içimizdeki güç odaklarını keşfetmeye başlamadan önce şu soruyu soralım kendimize: Bizim aradığımız benlik anlayışı nedir, tam olarak neyin peşindeyiz ?

Bundan birkaç sene evvel evine yavru bir şempanze alan bir psikolog biliyorum. Bu psikoloğun yeni doğmuş bir de oğlu vardı. Şempanze üzerinde bir takım araştırmalar yapabilmek amacıyla oğluyla şempanzeyi evde aynı ortamda büyütmeye karar veren psikolog uzun bir süre oğluyla şempanzenin davranışlarını karşılaştırmalı olarak gözlemledi. Sonuç oldukça ilginçti. İlk birkaç ay boyunca şempanze ile küçük bebeğin neredeyse tüm tepkileri aynıydı. Aynı hızla gelişiyorlar ve çoğu zaman birlikte oynuyorlardı. Ancak yaklaşık bir yıl kadar sonra minik bebeğin davranışları değişmeye başladı ve o andan sonra onunla şempanze arasında büyük farklılık oluştu.

Sonucun böyle olması bizim açımızdan beklenen bir şeydi. İnsan ile herhangi bir memeli hayvanın yavrusu arasında ana rahminde geçirdiği dönemden doğum anına, ilk nefes almaya başlamasından ilk birkaç ay ki gelişimine kadar çok az bir fark vardır. Ama doğumun aşağı yukarı ikinci yılında insan bedeninde en köklü ve muhteşem değişiklik gerçekleşir. İnsan evriminin en hayati safhası olan bu değişikliğin adı benlik bilincidir. Bu, ufacık çocuğun kendini bir "ben" olarak görebilmesi demektir. Ana rahminde fetus, anneyle beraber bir "biz"in parçasıdır ve "biz" duygusu bebekliğin ilk bir iki yılında da devam eder. Şimdi ise ufaklık ayrı bir insan olduğunu anlamaya başlamıştır ve özgürlüğünün farkına varır. Özgürlük, onun için anne ve babayla olan ilişkinin içinde anlamını bulan bir duygudur. Anne ve babasından ayrı bir karakter olduğunu, hatta gerektiğinde onlara karşı koyabileceğini de anlatır özgürlük. Son derece değerli olan bu gelişme insan denilen canlının bir birey haline gelmesi aşamasıdır.

BENLİK BİLİNCİ — İNSANA ÖZGÜ TEK ÖZELLİK

Benlik bilinci dediğimiz şey, yani bireyin kendini dışarıdan izliyormuşçasına ayrı bir varlık olarak değerlendirme yetisi, insana özgü bir niteliktir. Bir arkadaşımın sürekli daire kapısının önünde bekleyen bir köpeği var. Bu şirin köpek kapıya her kim gelirse oraya buraya zıplayıp onunla oynamak ister. Arkadaşıma göre köpek bu davranışı ile bir şeyler söylemeye çalışıyor: "Burada sabahtan beri birisinin onunla oynamasını bekleyen bir köpek var. Sen benimle oynamaya mı geldin?" Çok şirin bir düşünce; zaten köpekleri seven herkes onlara böyle düşünceler atfetmekten hoşlanır. Köpek bunları söyleyemez ancak, size canının oyun oynamak istediğini gösterebilir, sizi oyun oynamaya teşvik edebilir ama kendini tüm bunları yapan bir köpek olarak göremez. Onun

benlik bilinci yoktur.

Aynı şekilde köpeğin nörotik endişe ve suçluluk duygusuyla ilgili de hayatı boyunca bir problemi olmayacağı söylenebilir elbette. Yani bazılarımız bu cici köpeğin "benlik bilinci" denen o baş belası şeyle uğraşmak zorunda olmadığı için şanslı olduğunu bile iddia edebilir.

Nasıl gözükürse gözüksün gerçek şudur ki benlik bilinci insanın en muhteşem özelliğidir. "Ben" ve dünya arasında bağlantı kurabilme yeteneğidir. Ancak bu şekilde zamanı doğru biçimde algılayabilir, geçmişe dönebilir ve geleceği tasavvur edebiliriz. Böylece geçmişimizden bir şeyler öğrenir ve gelecek için planlar kurarız. Bu açıdan insana 'tarihin içindeki memeli' de denebilir. İnsanlar geçmişe bakıp gelişimlerinin rotasını takip edebilirler. Dahası ufak çapta da olsa uluslarının veya toplumlarının tarihini etkileyebilirler. Pek çok nesne için semboller üretebiliyorsak bunu benlik bilincimize borçluyuz. Sadece iki sesten "masa"yı yaratabiliyor ve "masa"yı beynimizde aynı düşünceyi çağrıştıran her nesne için kullanıyoruz. Hatta "güzellik", "iyilik", "mantık" vb. bir sürü soyut kavramı kafamızda yerine yerleştirebiliyoruz.

Benlik bilincimiz sayesinde kendimizi başkalarının bizi gördüğü gibi görebilir ve diğer insanlara karşı özgeci davranışlarda bulunabiliriz. Kendimizi başkasının yerine koyup onun yerinde olmamız durumunda neler yapacağımızı düşünebiliriz. Başka birinin yerinde olmayı hayal edebilir ve onun duygularını daha iyi anlayabiliriz. Önemli olan bu kapasitemizi ne denli verimli kullandığımız değildir. İstersek bunu hiç başaramıyor olalım, yine de dostlarımızı sevmemiz, ahlaki değerlere sahip oluşumuz, gerçekleri görebilmemiz, güzel şeyler yaratmamız, kendimiz için idealler yaratmamız hep özgeci kapasitemiz sayesindedir. Bu his bazen öyle yoğun hale gelir ki ideallerimiz için ölümü bile göze aldığımız olur. Bütün bu potansiyeli hayata geçirebilmek insan olmak demektir.

Her güzel şeyin de bir bedeli oluyor şüphesiz. Hediyelerimizin bedelini endişeyle veya iç dünyamızdaki çalkantılarla ödemek zorunda kalabiliriz. Benliğin doğuşu hiç de basit ve kolay bir olay değildir. Benliğin ortaya çıkışı sırasında çocuk kendi başına kalmanın, anne babasının kararlarının koruyucu kalkanının dışında kalmanın korkusunu yaşar. Dolayısıyla çocuğun onu çevreleyen büyüklerle karşılaştırıldığında kendini tamamen aciz hissetmesine şaşırmamak gerek. Annesine olan bağımlılığını yenmeye uğraşan birisi şöyle bir rüyasını anlatmıştı: "Büyük bir yatın arkasına bağlı ufak bir botun içindeydim. Okyanusun ortasındaydık ve bir anda benim botumu sarmalayan dev dalgalar belirdi. Ben hala o büyük yata bağlı olup olmadığımı düşündüm."

Anne babası tarafından sevilip desteklenen ama asla oyuncak muamelesi görmeyen sağlıklı bir çocuk önündeki endişeye ve çalkantılara rağmen gelişmesini normal olarak sürdürecektir. Genelde böyle çocuklarda asilik ve travma belirtilerine de rastlanmaz. Sorunları olanlar, ailelerin bilinçli veya bilinçsiz olarak kendi emellerine alet ettikleri, nefretle yaklaştıkları veya dışladığı çocuklardır. Sorunların kaynağı ise çocuğun bağımsızlığını yeni yeni keşfettiği bir dönemde ailesinin desteğinden emin olamamasıdır. Aile desteğini hissedemeyen çocuk bağımsızlığını olumsuz davranışlar ve aşırı inatçılık yoluyla dışa vurur. İlk kez "Hayır" dediği anda aile ona sevgi ve şefkat göstermek yerine onu bir güzel döverse, zaman içinde çocuk da doğru olduğunu düşündüğünden değil sadece inat olsun diye "Hayır" diye bağırıp çağırmaya başlayacaktır.

Ailelerin çoğunda ise bizzat anne babalar bir endişe ve panik denizinde yüzmektedirler. Hızla değişen toplum içerisinde kendileriyle ilgili kararlarından şüphe duyan ebeveynler hissettikleri endişeyi çocuklarına da geçirirler ve bu da çocuğu dünyanın kendi ayakları üzerinde durması için fazlasıyla tehlikeli bir yer olduğuna inanmaya iter.

Genellikle kökleri çocukluğa dayanan çalkantılara dair verileri şu anda gerek rüyalarında, gerekse günlük ilişkilerinde büyük sorunlar yaşayan yetişkinlerden elde ediyoruz. Bu yetişkinler çocukluklarında yaşayamadıkları veya herhangi bir nedenden dolayı başaramadıkları bağımsızlık fikrini kazanabilmek için mücadele veriyorlar. Yani hemen her yetişkin, benliğini keşfetme yolculuğunda aileden aldıklarını kullanarak yola devam etmeye çalışmaktadır.

Benliğin tarifini yaparken onu sosyal çerçevesinden koparmamaya özen göstermek gerekiyor. Bu konuda William Auden'a hak vermemek imkansız görünüyor:

. . . çünkü ego bir düştür
ta ki komşunun herhangi bir ihtiyacı
onu yaratana kadar.

Yukarıda da belirttiğimiz gibi benlik her zaman insanlar arasındaki ilişkilerde doğar ve büyür. Fakat tamamen sosyal çevrenin bir yansıması olarak kaldığı sürece hiçbir "ego", sorumluluk sahibi bir kişilik olgusuna doğru ilerleyemez. Çağımızda özgün kişilik olgusuna en büyük tehdit, topluma yerleşmiş olan 'normlara kayıtsız şartsız uyma' kavramıdır. Genel kalıplara uyum sağlamanın, 'toplumda kabul görmenin' ve başkaları tarafından 'sevilen' bir insan olmanın tek çıkar yol olarak görüldüğü bir ortamda yaşıyoruz. Belli bir yere kadar başkalarının bizi şekillendirdiğini yadsıyamayız ama kendimizi yaratma fikrini de göz ardı edemeyiz.

Bu satırları yazmakta olduğum gün beni genç bir doktor aradı. Psikanaliz seansı görmekteydi ve seans sırasında gördüğü bir rüyayı bana aktardı. Rüyası büyüme döneminde sorunlar yaşayan bireylerin rüyalarıyla büyük paralellik göstermekteydi. Bu genç adam esas olarak tıp öğrencisiyken girdiği uzun endişe krizlerinden kurtulmak için psikanalize girmeye karar vermişti. Sorununun nedeni dengesiz ama bir o kadar da güçlü ve etkili bir kadın olan annesine aşırı bağımlılığıydı. Hali hazırda tıp öğrenimini tamamlamıştı, başarılı bir hekim adayıydı ve gelecek sene için hastanede iyi bir göreve başvurmuştu. Rüyayı görmeden bir gün önce hastanenin başhekiminden başvurusunun kabul edildiğini söyleyen bir mektup almıştı; başhekim onu asistanlığı dönemindeki başarılarından dolayı da ayrıca kutluyordu. Ama o mutlu olmak yerine kendini ani bir endişe krizi içinde bulmuştu. Size rüyayı onun sözleriyle aktarıyorum:

"Annemin ve babamın halen yaşadığı çocukluğumun geçtiği eve doğru bisikletimle gidiyordum. Ev çok güzel görünüyordu. Evden içeri girdiğimde kendimi çok güçlü ve özgür hissediyordum çünkü artık bir çocuk değildim; başarılı bir doktor olmuştum. Ama annemle babam beni tanımadılar. Hissettiklerimi onlara söyleyemedim, beni evden kovarlar diye çok korkuyordum. Kendimi Kuzey Kutbu'nda kilometrelerce uzanan kar ve buzun ortasında tek başına kalmışçasına yapayalnız hissettim. Evin içinde yürümeye başladım. Her odanın kapısına üzerinde "Ellerini yıka.", "Ayaklarını sil." yazılı tabelalar asılmıştı."

Genç doktorun istediği pozisyona atanmasının onda bu denli şiddetli bir endişeye yol açması, pozisyonun sorumluluk gerektiriyor olmasına ve de genç adamın bu sorumluluktan korkmasına bağlanabilir. Rüya bize doktorun korkusunun sebebini açıklıyor. Eğer bağımsız, kendi ayakları üzerinde duran, sorumluluk üstlenmiş biri olursa (annesinin dizinin dibinden ayrılmayan bir çocuk olmak yerine), evde artık istenmeyecek, aile onu dışlayacak. Evin her tarafına asılı o inanılmaz tabelalar ise evin sıcak bir yuvadan çok korkunç bir askeri kampı andırdığının kanıtı.

Genç adamın yüzleşeceği gerçek sorun neden rüyasında eve gittiğidir. Neden sorumluluk üstlendiğinde dışarıdan gayet sıcak ve sevimli görünen evine, anne babasına dönmek ihtiyacı duymuştur? Sorunun cevabını birazdan vereceğiz. Şuna dikkatinizi çekmek istiyorum: Birey olma deneyimi çocukluğun ilk yıllarında başlar, kaç yaşında olursak olalım yetişkinliğin büyük bir safhasına da sarkar. Birey olmanın getirdiği çalkantılar ileride ciddi boyutlarda endişe ve sıkıntıya dönüşebilir. İnsanların çoğunun endişeden kaçmak ve çözemedikleri sorunlarını bastırmak uğruna denemedikleri yol kalmadığını lütfen unutmayalım!

Birey olarak varlığının farkında olmak ne demektir? Hepimiz psikolojik birer varlık olarak ruhsal gelişimimize başlarız. Bunu mantık çerçevesinde ispatlamak zordur, zira bilinçten bahsedebilmenin ön koşulu bilincin varlığını kabul etmektir. İnsanın kendi varlığının farkında oluşunda her zaman anlaşılmaz bir nokta olacaktır. İnsanın kendini sorgulayabilmesi için önce benliğinin farkında olması zorunludur.

Bazı psikologlar ve filozoflar "benlik" kavramına şüpheci yaklaşmaktadırlar. Benlik kavramına tümden karşı çıktıkları bile olur, çünkü onlara göre bu kavram insanı hayvanlar dünyasından soyutlamaktadır ve bilimsel deneylerde bu istenmeyen bir durumdur. Salt denklemlere dökülemiyor diye "benlik" olgusunu reddetmek, Freud'un bilinçaltındaki güdüler ile ilgili tezlerinin 'bilimsel olmadıkları' gerekçesiyle geçersiz sayılmasıyla hemen hemen aynı şeydir. Belli bir bilimsel metodu doğru belleyip, buna uymayan bireysel deneyimleri reddeden bilim dogmatik ve muhafazakar bir bilimdir; dolayısıyla gerçek bilim olamaz. İnsanlar ve hayvanlar arasındaki bağ net olarak anlaşılmalıdır ama insanlar ve hayvanlar arsında hiç fark yoktur yargısını körü körüne savunmanın da bir anlamı yoktur.

"Benlik"i bir nesne olarak kanıtlamak durumunda değiliz. Tek göstermemiz gereken, insanların kendileriyle bağlantı kurma konusunda potansiyelleri olduğudur. İçimizde işleyen mekanizma benlik mekanizmasıdır, ancak bu şekilde diğer insanlarla bağlantı kurabiliriz. Bilim insanı olmanın temelinde dahi bu varsayım mevcuttur.

İnsanların ruhsal deneyimlerinin karmaşıklığı, bizim onları yorumlandırabilme metotlarımızın hep bir adım önünde olmuştur. Birey olarak kimliğimizi anlamanın tek yolu iç deneyimlerimizi anlamlandırabilmektir. Bir filozof ya da bir psikoloğu masa başında benlik kavramını reddeden tezini yazarken hayal edelim. Tezi yazmayı tasarladığı haftalar boyunca, o kendini gelecekte bir zaman bu çalışmayı yazarken hayal etti. Gerek tezi yazmadan önce, gerekse yazmaya başladıktan sonra meslektaşlarının çalışması hakkındaki yorumlarını, filanca profesörün onu övüp övmeyeceğini, diğerlerinin ise fikirlerini aptalca bulup bulmayacaklarını canlandırdı kafasında. Her canlandırmada tıpkı meslektaşlarının onu gördüğü gibi gördü o da kendini. Tezini yazarken kafasından geçen her şey kendi içindeki benlik kavramının en açık kanıtıdır.

Benlik bilincinin farkında olmak kesinlikle entellektüel bir düşünce değildir. Fransız filozof Descartes, söylentiye göre, bütün gün yalnız kalıp düşünmek için evindeki büyük kuzinenin içine kapatmış kendini. Akşam kuzineden çıktığında söylediği "Düşünüyorum öyleyse varım." olmuş. Yani ben bir birey olarak varım çünkü düşünen bir varlığım. Ne yazık ki bu yeterli değildir. Siz ve ben kendimizi bir düşünceden ibaret olarak görmeyiz. Bizler kendimizi bir ortamda bir şeyler yapıyor olarak görürüz ve o ortamda neler yaşayacağımızı kurarız. Başka bir deyişle, biz düşünen, hisseden, algılayan ve davranan bir bütünüz. Benliğimiz oynadığımız rollerin toplamı değil, rolleri oynadığımızdan bizi haberdar eden kapasitenin toplamıdır. Değişik yönlerimizi izleyebildiğimiz ve fark edebildiğimiz merkeze "benlik" diyoruz.

Tüm bu felsefi terimlerden sonra, benlik bilincinin farkına varmanın hayattaki en basit ama yine de en geniş kapsamlı deneyim olduğunu hatırlatalım kendimize. Hepiniz bilirsiniz, şaka yollu da olsa bir çocuğu adını yanlış söyleyerek çağıracak olursanız, beklenmedik derecede kızar. İsmini doğru söylemeyerek kimliğini de -en değerli varlığını- ondan çaldığınızı hissetmiştir çünkü. Eski Ahit'te (İncil) yer alan "Onların isimlerini hiç var olmamışçasına yeryüzünden sileceğim." hükmü ölümden bile daha korkunç bir tehdittir.

İki küçük kız ikizin hikayesi, çocuklar için özgün bir karakter olmanın neler ifade ettiğini çok açık gözler önüne seriyor. İki küçük kız çok iyi arkadaştılar ve birbirlerini tamamlayan özelliklere sahiptiler. Kızlardan biri oldukça dışa dönük bir çocuktu; eve ne zaman misafir gelse kalabalığın ilgi odağı olmayı seviyordu. Diğeri ise odasında kuru boyaları ve kendi yazdığı küçük şiirleriyle daha mutluydu. İkizleri olan ailelerin genelde yaptığı üzere, bu ikizlerin de anne babası onlara aynı kıyafetleri giydirmekten hoşlanıyordu. Kızlar üç buçuk yaşına geldiklerinde, dışa dönük olanı ikiziyle aynı şeyleri giymek istememeye başladı. Annesi kardeşinin giydiği bir kıyafeti giymesini istediğinde daha eski ve süssüz olsa bile farklı bir şeyler giymekte ısrar ediyordu. Üstelik küçük kız bu konu dışında hiç problem çıkarmıyordu. Kızının her seferinde gözyaşı dökmesine dayanamayan anne en sonunda kızına sordu: "Sokakta insanların size "Ne tatlı ikizler!" demesini istemez misin, hayatım?" Küçük kız hemen haykırdı: "Hayır, ben onların 'Ne tatlı iki küçük kız!' demelerini istiyorum."

Küçük kızın tepkisini daha çok ilgi çekmek istediği şeklinde yorumlayamayız; zaten ikiziyle aynı şeyi giyseydi daha çok dikkat toplayacağı kesindi. Ufaklığın tepkisi bize onun özgün bir kişilik sergileme arzusunu gösteriyor. Bu arzu, onun için ilgi çekmekten çok daha ön plandadır.

İnsanların da tek amacı bir birey olmaktır. Her organizma içindeki potansiyeli en üst sınırına dek kullanmak ister. Tek bir palamut kocaman bir meşe olur; küçücük enik ise bir köpek. Meşeden ve köpekten beklenen daha fazla bir şey yoktur. Ne var ki, insanın işi çok daha zordur. O, doğasının gerektirdiklerini benliğini kaybetmeden yapmaya mecburdur. Gelişimi otomatik olmayacaktır, fakat kendi seçtiği biçimde ve bilinçli şekilde gerçekleşmelidir. "İnsanın yaratıp güzelleştirdiği en önemli eser hiç şüphe yok ki kendisidir." der John Stuart Mill. "... İnsan doğası bir modele göre geliştirilmiş bir makine değildir; o bir ağaca benzer. Bir ağaç misali, onu canlı kılan dürtülerinin yolunda her yönden büyüyüp serpilmek zorundadır." Güzel fikirlerinin içinde maalesef John Stuart Mill'in insan doğasındaki en önemli iç dürtüleri atladığını görüyoruz. Yani aslında insan bir ağaç gibi doğanın programlaması ile büyümez. O kendi kapasitesini isteğine, ilgi alanlarına ve planlarına uygun biçimde kullanır.

İnsan yaşamındaki uzun ve ebeveynlerin koruması altında yaşanan bebeklik ve çocukluk periyodu -toprağa düştüğü andan itibaren tek başına olan meşe palamudunun ya da doğduktan birkaç hafta sonra kendi kaderini belirlemek zorunda olan minik köpek yavrusunun tersine- çocuğu bu zor döneme hazırlamakta ciddi rol oynar. Çocuk yavaş yavaş bilgilenmeye başlar; karar vermeyi ve seçim yapmayı öğrenmesi böylece daha kolaylaşır.

Kişi kararlarını bir birey olarak almak zorundadır çünkü bireysellik benliğin bir parçasıdır. Benlik bilinci tamamen bireye özgü bir özelliktir. Benim sizin kendinizi nasıl gördüğünüzü asla kesin olarak bilemeyeceğim gibi, sizin de benim kendimi algılayışım hakkında kesin bir yargıya sahip olmanız imkansızdır. O ufacık bölgede hepimiz tek başımıza kalırız. Belki de trajedimiz de burada saklıdır, kaçınılmaz bir iç yalnızlıkla örülmüş kaderimiz bizi devamlı birey olarak güçlü olmaya iter. Arkadaşlarımızla iyi anlaşmak otomatik bir tepki değildir, bu yüzden kendi kararlarımızın ışığında birbirimizi sevmeliyiz.

Eğer potansiyelimizi bir şekilde dolduramayacak olursak, sorunlar başlar. Hiç yürümezsek bir gün gelir bacaklarımız bizi taşıyamaz. Kaldı ki tek kaybedeceğimiz bacaklarımızın gücü değildir. Kanımızın akış hızı, kalbimizin temposu, kısacası tüm bedenimiz yavaşlar, zayıflar. Kişiliğimizi bulmada da yapmamız gerekeni yapamazsak hastalanırız. Nevroz denilen hastalığın özünde kullanılmamış bir potansiyel yatar. Çevredeki etkilerle (geçmişte veya şu anda) kişilik potansiyeli açığa çıkamazsa içe döner ve bireyin ruhsal dengesini alt üst etmeye başlar. "Enerji sonsuz bir mutluluktur." der William Blake, "Kim ki bir şeyi çok arzuladığı halde isteklerini eyleme dökemez, ölümü davet etmiş olur."

Kişilik potansiyelini keşfedip hayata geçiremediği için benlik duygularını yitiren insanları en ustaca Franz Kafka tasvir etmiştir. "Dava"da da "Şato"da da ana kahramanın belirli bir kimliği bulunmamaktadır, kahramandan sadece adının baş harfiyle bahsedilir. Kafka'nın en ürkütücü eserlerinden biri de "Dönüşüm"dür. Hikayenin kahramanı tipik ve boşluk içinde genç bir satış elemanı olan Gregor Samsa'dır. Hayatını korkunç bir monotonluk içinde devam ettiren bu adamın hayatı o denli anlamsızdır ki bir sabah uyandığında Gregor kendini bir hamam böceğine dönüşmüş bulur. O günden sonra tüm var olma gücünü ve içindeki tüm potansiyeli de kaybeder. Artık bir parazit haline gelmiştir ve çevresindeki herkes artık ondan tiksinmektedir. İnsan doğasının boşluğa düştüğü zamanki halini daha iyi ne anlatabilir?

Özetlemek gerekirse ruhumuzdaki var olan gücü kullandığımız oranda yaşama sevincini tadabiliriz. Yürümeyi, bir kutuyu yerden kaldırmayı öğrenen çocuk bunu başarana dek defalarca tekrarlar, düşse de yeniden başlar. En sonunda istediği şeyi başardığında mutlulukla gülümser; gücünü arzuladığı bir şey için kullanmıştır. Ergenlik çağına girmiş bir genç yeni bir arkadaş kazandığında ise daha da mutlu olur. Bir yetişkin içindeki gücü yaratmak, sevmek ve gelecek planları yapmak için kullandığını hissederse huzur duyar. Sevinç, güçlerimizi eyleme dökmenin üzerimizde bıraktığı etkidir. Hayatın amacı mutluluktan çok sevinç duymaktır. Sevincin temelinde kendimize duyduğumuz sevgi ve saygı, varlığımızı - gerekirse bize dışımızdaki her şeye ve herkese karşı- kanıtlamanın haklı gururu vardır. Sokrat bu gururu en ideal şekilde taşıyan tarihi bir karakterdir. Düşüncelerinden ve inançlarından ötürü ölüme mahkum edildiğinde o, ölümü yenilgi olarak değil, düşüncelerini pazarlık konusu yapmaya karşı bir zafer olarak kabul etmiştir. Sevinç salt kahramanların yaşadığı bir his değildir. Birey güçlerini dürüstçe ve özgünce dışarı vurduğu sürece sevinç de hazır bekler.

KENDİMİZE DEĞER VERMEK YERİNE KENDİMİZİ KÜÇÜK GÖRMEK

Konuyu derinleştirmeden önce iki muhtemel itiraza cevap vermek istiyorum. Bazı okuyucular benlik bilincinin gerekliliği ve önemini bu denli vurgulamamızın insanları olduğundan da fazla egoist bir kılığa sokacağı yolunda karşı tezlerde bulunabilirler. Öyle ki başka sorularla da karşılaşabiliriz. Örneğin, "Bize kendimize hayranlık duymamız söylenmiyor mu? Ama bir yandan da çağımızda tüm kötülüklerin insanların bir türlü kırılamayan kendini beğenmişliğinden kaynakladığını savunuyor muyuz?"

İtirazlar üzerinde biraz durmalıyız. Emin olabilirsiniz ki, kendinize tapmak gibi bir zorunluluğunuz yok. Yeri geldiğinde eleştirileri açık yüreklilikle kabul edebiliyorsanız, yeterince olgun ve gerçekçi bir kişiliğiniz var demektir. Ama aşırı derecede kibirliyseniz, bunun nedeni benliğinizin farkında olup ona değer vermeniz değildir, aksine kendinizi herkesten aşağı görmenizdir. Böbürlenme, kendini beğenmişlik, egoist davranışlar, bunların hepsi kişiliğinden şüphe duymanın ve ruhsal boşluğun dışsal birer göstergesidir. Kibirli tavırlar çoğu zaman endişeyi gizlemenin en iyi yolu olmuştur. Gurur, 1920'lere damgasını vurmuş bir karakter özelliğiydi ve biz bu dönemin her türlü endişe ve sıkıntıyı nasıl içinde sakladığını gördük. Zayıf olanın bir anda bir boğa kesilmesi, iç dünyasında aşağılandığını hissedenin kendini övmekten başka bir şey yapmaması, çok konuşması, cinselliğini ön plana çıkarması endişenin üstünün örtülmeye çalışıldığı gruplarda belirgin olan savunma mekanizmalarıdır. İçinizde Mussolini'nin veya Hitler'in hindi gibi kabararak verdiği pozları görmeyeniniz yoktur. Bu adamlar faşizmi gururun canlandırılmış şekli olarak sundular. Düştükleri boşluktan kurtulamayan, endişeli ve umutsuz insanlar da dört elle sarıldılar onların megaloman sözlerine.

Kendini beğenmişlikle, bireyin mücadele etmekten vazgeçmesiyle ilgili tartışılan konuların ana motifi insanın kendine cesaretle bakabilmesi ya da aşağılanmayı kaldırabilmesi değildir. Tartışmalardan ortaya çıkan sonuç kendini aşağılama kavramını gözler önüne sermektedir. Aldous Huxley'in sözlerini kullanmak gerekirse, "Hepimiz için en korkunç ve dayanılmaz hayat kendimizle yaşadığımız hayattır." Şansımız varmış ki Spinoza'nın, Thoreau'nun, Einstein'in hatta İsa'nın yaşadıkları en korkunç zamanlar kendi benliklerini keşfe çıktıkları yani Kierkegaard'ın deyimiyle büyük riske atıldıkları zamanlarmış! Ben kendi adıma Huxley'in bu lafı kendisi için de geçerli bulup bulmadığını merak ediyorum. Kibrin, kendiyle gurur duymanın zararları konusunda bugün bir vaaz verecek olursanız eminim oldukça kalabalık bir seyirciyi etrafınıza toplayabilirsiniz. İnsanlar kendilerini o kadar boş ve beş para etmez görmektedirler ki, gururlarını ve öz saygılarını lanetleyecek herhangi bir kimsenin peşinden kolaylıkla gidebilirler.

Modern anlamda kendini aşağılamanın dinamiğindeki en hassas nokta şudur: Kendimizi küçük görmek, birazcık olsun değerli olduğumuzu hissetmenin yerine geçebilecek en basit şey haline gelmiştir. Değerli bir insan olduğuna inanmayı reddeden, sırf bu yüzden aşağılanmaya, dışlanmaya boyun eğen o kadar çok insan var ki! Her biri " O kadar önemliyim ki insanlar beni aşağılamaya değer görüyorlar." veya "Ne

kadar asil olduğumu görüyor musunuz? Tahmin edemeyeceğiniz kadar yüksek ideallerim var ve ben bunların hepsini gerçekleştirmediğim için öyle utanıyorum ki!" der gibiler. Psikiyatr dostlarımdan biri bir seferinde sürekli büyük günahlar işlediğini sandığı için kendini lanetleyip duran bir hastasından söz etmişti. Her seferinde hasta aynı lafları saymaya başlayınca meslektaşımın içinden ona şunları söylemek geliyormuş: "Be adam, sen kim olduğunu sanıyorsun ki böyle büyük günahlardan atıp tutuyorsun?" Kendini aşağılamaktan vazgeçmeyen birey, "Tanrı" katında çok önemli biri olmasından ötürü "Tanrı"nın onu cezalandırmakla uğraştığını ispatlamaya çalışır.

Haddinden fazla kendini hor görmek, kendini beğenmişliğin başka bir ifadesidir. Gururunu aşağılama ile yenebileceğini düşünenler belki de Spinoza'ya kulak verseler iyi olur: "Kendini hep küçük gören, kibirli olmaya en yakın insandır." Antik çağ Atinası'nda Sokrat, son derece pejmürde kıyafetlerle halkın arasında gezinerek işçi sınıfın oylarını toplamaya çalışan bir politikacının maskesini şu sözleriyle düşürmüştü: "İçindeki kibir, paltondaki her delikten dışarı fışkırıyor."

Bu tür kendini küçük görme vakalarına günümüzde en sık olarak psikolojik depresyonlarda rastlanmaktadır. Ailesinden hiç sevgi görmeyen bir çocuk genelde şu şekilde düşünür: " Eğer iyi bir çocuk olsaydım, beni severlerdi." Çocuğun yapmaya çalıştığı, sevilmediği gerçeğinden kaçmaktır. Yetişkinlerde de durum farklı değildir. Kendilerini aşağılayabildikleri sürece dışlanmanın veya boşluğun acısını duymazlar; her zaman avunacak bir şeyler bulurlar: " Falanca kötü huyum, filanca hatam olmasaydı, beni mutlaka severlerdi.".

Boşluktaki insanlar için, kendini küçük görmek hasta bir atı kırbaçlamaya benzer: kısa süreli bir hareket sağlar ama eninde sonunda olacak çöküşü hızlandırır. Kendini değerli görmek yerine aşağılamayı seçmek dışlanan, sevilmeyen insan için problemlerini kabul edip, yapıcı çözümler bulmasında en büyük engeldir. Kendini küçük görme insanın kendinden nefret etmesini de perçinleyeceğinden, nefret hissini rasyonalize etmekten başka bir işe yaramaz. Kendinden nefret eden, başkalarından da rahatlıkla nefret eder. Kendini beş para etmez görmek, kendinden nefret etmek ve başkalarından nefret etmek arsındaki basamakların geniş olduğu söylenemez.

Kendini aşağı görmenin hararetle savunulduğu çevrelerde, bu denli iğrenç insanlar olarak bizlerin başkalarıyla ilişki kurmak gibi 'son derece düşüncesiz' bir davranışa neden kalkıştığımız asla açıklanmaz. Eğer kendimizden nefret ederken başkalarını sevmemiz gerekiyorsa -onların da bizi sevmesini bekleyerek- burada bir gariplik var demektir. Madem ki biz böylesine korkunç yaratıklarız başkaları ne diye bizi sevsin? Daha derine inelim: Kendimizden nefret etmemiz "Tanrı"yi daha çok sevmemizi sağlayacaksa, o zaman ters bir anında bizi yaratma gafletine düşmüş olan "Tanrı" bizi nasıl ve neden sevecek? Biz iğrenç varlıklar olmamızda emeği geçen bir varlığa mı tapacağız?

Neyse ki artık başkalarını sevebilmek için kendimizi sevmenin bir ön şart olduğunu biliyoruz. "Bencillik ve Kendini Sevme" başlıklı kitabında Erich Fromm, bencilliğin ve kendine aşırı düşkün olmanın derinlerdeki kendinden nefret etme duygusundan kaynaklandığını kesin bir biçimde vurgulamıştır. Fromm'a göre bencillik ve kendini sevme aynı olmadığı gibi aslında tamamen zıt şeylerdir. İç dünyasında değersiz olduğunu hisseden insan, kendini yüceltmek ihtiyacında olan insandır. Kendini seven insan ise dostuna karşı nazik ve cömert olmak için gereken temele sahiptir.

Olaya uzun geçmişi olan dini perspektiften bakacak olursak, kendini aşağılamanın ve küçük görmenin modern çağın getirdiği sorunların bir yan ürünü olduğunu anlayabiliriz. Calvin'in insanı küçük gören fikirlerinin, bireylerin endüstri devrimi sırasında öz güvenlerini kaybetmeleriyle ilgili olduğu artık biliniyor. Yirminci yüzyılda Calvin'in görüşlerinden çok 'boşluk' hastalığı bizi eritiyor. Kendini aşağılama sendromu, modern anlamda, Musevi-Hıristiyan geleneğinden şimdiye kalan bir miras değildir. Bunu en açık ifade eden Kierkegaard'dır:

"Şayet birey kendini sevmeyi öğrenmeyi beceremezse, komşusunu sevmeyi de öğrenemez. . . . Kendini doğru biçimde sevmek ve bir dost için sevgi beslemek tamamıyla örtüşen konulardır, hatta temelde aynı şeydir. . . . Kural şudur: Komşunu severken kendini seveceksin çünkü ona değer verirken aslında kendine değer verdiğini bileceksin."

BENLİĞİNİN FARKINDA OLMAK İÇİNE KAPANMAK DEMEK DEĞİLDİR

Okuyucularımızın kafasında başka sorular da uyanabilir: "Kendimizi arka plana atmamız daha iyi bir şey değil mi? Benliğimizle bu kadar haşır neşir olmak çekingen, toplumla bağlantı kuramayan, utangaç bireyler olmamıza yol açmaz mı?" Kafalarında soru işaretleri oluşmaya başlayan okuyucularım bana o meşhur kırkayak hikayesini hatırlatmak isteyeceklerdir. Hani şu hangi ayağını kullanacağını çözemediği için üzüntüsünden kahrolan ve içinde yaşadığı hendekten çıkamayan kırkayak... Hikayenin mesajı ortadadır: " Ne yaptığınız üzerinde bu kadar düşünürseniz olacağı budur."

Her şeyden evvel benlik bilincinin her seferinde çekingenlik ve içine kapanıklıkla özdeşleştirilmesinden duyduğum üzüntüyü dile getirmek istiyorum. Durum böyleyken insanların arzuladıkları en son şeyin benlik bilincine varmak olduğuna şaşmamak gerek. Bana öyle geliyor ki biz bir dil oyununa kurban gidiyoruz. Almanca bu noktada daha doğru yönlendirmede bulunuyor: Almanca'da "kendinin farkında olmak" deyimi "kendine güvenmek" anlamına da geliyor ki, olması gereken de bu.(İngilizce'de self-conscious kendine güvenmeyen anlamındadır, fakat "self" benlik, "conscious" da bilinç demek olduğundan kelimenin anlamı "benlik bilincine sahip" kavramıyla karıştırılmaktadır. Ç.N.)

Aktarmak istediklerimizi bir örnekle netleştirelim: Psikoterapi için bir adam bana geldi. Entellektüel anlamda son derece başarılı, yüzeyden bakıldığında da iddialı gözükmesine rağmen duygularını aktarmakta çok zorlanıyordu; özellikle insanlarla ilişkileri tam bir kabus halini almıştı. Bunların ötesinde endişeye müsait bir yapıya sahipti ve sık sık depresyona girdiğinden bahsetti. Sürekli kendini inceleyip dışarıdan kendini eleştirmek onda vazgeçilemez bir saplantı olmuştu. Müzik dinlerken bile iyi dinleyip dinlemediğini düşündüğünü, bu yüzden de müziği duyamadığını anlattı bana. Sevişirken dahi kendine devamlı 'becerip beceremediğini' sorup duruyordu. Korkuyordu; psikoterapiye başlayınca her şeyin daha da kötüye gitmesinden ve öz güvenini iyice yitirmekten çekinmekteydi.

Evhamlı, çocukları üzerinde aşırı korumacı bir ailenin tek oğluydu. Gençliğinde onu yalnız bırakmaktan korkan anne babası örneğin dışarı çıkmasına hiç izin vermemişti. Ailesi olabildiğince 'liberal' ve 'mantıklı' insanlardı ama onlara bir kez bile karşı geldiğini hatırlamıyordu. Oğullarının akademik başarısıyla gurur duyan insanlardı ve onun kuzenlerinin hepsinden daha akıllı olduğunu bilmekten ayrıca mutluluk duyuyorlardı: fakat bunu ona hiç hissettirmemişlerdi. Dolayısıyla daha çocukluktan başlayarak genç adam bağımsız kişiliğini, gücünü, kendi için duyduğu sevgiyi açığa çıkaramamıştı. Bu açığı kapatmak için elindeki tek şey okulda kazandığı ödüller sayesinde aldığı övgülerdi. Tüm yaşadıklarına Hitler Almanya'sında geçen ilk gençlik yılları da eklenmişti: Yahudi olmasından dolayı, senelerce ona iğrenç bir ırka ait olduğunu söyleyen bir propagandanın gölgesinde büyümüştü. Hayatı gazete kupürlerinden başarılarına dair övgüleri toplamak, kendini denetleyip Nazilere yanıldıklarını kanıtlamaktan ibaret olmuş, bu arada bir yandan da anne babasından samimi sevgi ve ilgi görmeyi ummuştu. Vakayı sizlere rahat aktarabilmek amacıyla oldukça basite indirgediğimi hemen belirteyim. Altını çizmek istediğim ana fikir, adamın kendine güvenemeyişinin, insanlarla içten ve sıcak ilişkiler kuramayışının kesin olarak benliğinin farkında olmayışı ile bağlantılı olduğudur. Adam 'eylemi gerçekleştiren "ben"' deneyimini hiç yaşamamıştı. Benliğiniz üzerinde salt bir gözlemci olmak demek, kişiliğinizi bir obje olarak değerlendirmek, yani kendinize yabancılaşmak demektir.

Meşhur kırkayak hikayemize gelince: Bu hikaye benlik bilinçlerini genişletme uğraşından kaçmak isteyenlerin bulduğu ustaca bir mantığa bürüme aracıdır. Kaldı ki kesinlik taşımayan bir masaldır. Araba kullandığınızın veya trafik durumunun ne kadar farkında olmazsanız, o denli gergin olursunuz. Öte yandan deneyiminiz ne kadar fazlaysa ve ne kadar iyi konsantre olmuşsanız, acil durumlarda o kadar sakin olur ve direksiyon başında gücünüzün sağladığı rahatlıkla sıkıntı çekmezsiniz. Çünkü kontrolün sizde olduğunu bilirsiniz, bunun farkındasınızdır. Benliğimizin bilincinde olmak hayatımız üzerindeki kontrolümüzü artırır; artan kontrolle de kendimizi rahat bırakabiliriz. Bir ikilemmiş gibi görünse de insan ancak kimliğini bulduğu oranda yaratıcılığına ve içtenliğine yön verebilir.

Birisi bize çocuk benliğimizi unutmamızı öğütleyecek olursa, bunu iyi ama pek işe yaramayan bir öneri olarak değerlendirebiliriz. Bir sonraki bölümde inceleyeceğimiz gibi, yaratıcılığı vurgulayan bir faaliyetle meşgulken kendimizi unutabiliriz. Fakat ilk olarak benlik bilincine nasıl varıldığına bir göz atalım.

KİŞİNİN BEDENİNİ ve DUYGULARINI YAŞAMASI

Benlik bilincine varmak amacıyla yola çıkan bireyler, duygularını yeniden keşfetmekle işe başlamak durumundadırlar. Duyguları hakkında sadece yüzeysel bir fikre sahip olanların sayısı inanılmayacak kadar çoktur. Onlara nasıl olduklarını sorarsınız ve aldığınız cevap yalnızca "iyi" ya da "şöyle böyle"dir. Birisine Çin'in nerede olduğunu sorsanız ve "Doğu'da" diye cevap verse ne yapardınız? Duygularına yabancı olan insanlar iç dünyalarında olup bitenden habersizdirler. Verdikleri tepkileri yaşayarak hissetmezler, yalnızca ne hissediyor olabilecekleri hakkında bir fikirleri vardır. Yani duyguları bu insanları harekete geçirmeye yetmez. Eliot'un "Boşluktaki İnsanlar"ı gibidirler:

Şekilsiz bir biçim, renksiz bir gölge,
Felce uğramış bir güç, hareketsiz bir jest.

Psikoterapide böyle bireyler ne hissettiklerini söyleyemezler, günlerce "Bugün kendimi nasıl hissediyorum?" sorusunu cevaplamayı denerler. Hissedilenlerin 'yoğunluğu' pek de önemli değildir; esas olan hissedenin kim olduğudur yani etken olan "ben"in varlığıdır. Her duygu bünyesinde direkt ve ani bir tepkime taşır ve bu tepkime benliğin her safhasında meydana gelir. Canlılıkla hissedilen duygular özgürdür, trompetten çıkan notalar gibi kesik kesik oluşmazlar. Olgun birey en ince nüansa kadar hislerini ayırt edebilir; neyin güçlü ve tutkulu bir arzu olduğunu, neyin hassaslık ve kırılganlığı ortaya çıkaran bir deneyim olduğunu kolayca fark eder. Tıpkı senfonideki müziğin değişik pasajlarını duyabilmek gibi.

Çıkarabileceğimiz diğer bir sonuç, bedenlerimizin farkına varmaktır. Bir bebek kişiliğinin ilk kanıtını vücudundan alır. Gardner Murphy buna "kişiliğin ilk öz kütlesi" demektedir. Bebek defalarca bacaklarına değmeye çalışır, bir gün gelir bacaklarına dokunmayı başarır. "Bu benim bacağım," der kendi kendine, "bu bacak bana ait." Cinsel dürtülerin uyanışı özellikle önemsenmelidir zira çocuğun doğrudan kendiyle bağlantı kurmasında cinsel dürtüler birinci derecede önceliklidir. Vücuttaki cinsel açıdan duyarlı bölgeler oyun oynarken veya giyinirken çocuğu uyarırsa, bedeni ilk farkına varış bu uyarılma ile başlar. Ne yazık ki, cinsel dürtüler ve tuvalet deneyimleri sırasında yaşananlar geçmişte toplum içinde büyük bir tabu olarak kabul edildiğinden, çocuk da bu tip dürtülerin 'ayıp' ve 'kötü' olduğuna inandırılmıştır. Bedeninin daha yeni farkına varan, benliğini bu şekilde ayırt etmeye çabalayan çocuk, en sonunda kendi imajının da 'kirli' ve 'kötü' olduğuna kanaat getirir. Toplumumuzda sık rastlanan kendini küçük görme sendromunun derinliklerinde yatan en etkili faktörlerden biri budur.

Bedenin farkında olabilmek hayat boyu sürecek bir önem arz eder. Yetişkinler arasında fiziksel duyarlılıklarını kaybetmiş olanlar çoktur. Bacaklarının, orta parmaklarının, ayak bileklerinin ya da vücutlarında başka herhangi bir yerin nasıl olduğunu bilmezler. Bedeninin farkında olmak denince zaten ilk akla gelenler de şizofreninin eşiğine gelmiş olanlar ve yoga benzeri Doğu meditasyon teknikleriyle ilgilenenlerdir. Çoğumuzun yaşam çarkındaki prensip şudur: "Ellerim ve ayaklarım nasıl olursa olsunlar, ben işe gitmeliyim." Bedeni cansız bir makine gibi görmek asırlardır süregelen bir alışkanlıktır; vücudunu önemsemediğini belirtmeyi gurur duyulacak bir özellik olarak algılayanlar da hiç az değildir. Vücudunu benzini bitene dek sürülecek bir kamyon olduğunu düşünenler, ara sıra usulen bir akrabanın telefonla hatırını sorarcasına bedenlerinin nasıl olduğunu merak ederler ama gelecek cevabı genelde dinlemezler bile. Sonra bir gün doğa ana kapıya dayanır, türlü hastalıklarla zili çalar. "Ne zaman vücudunu dinlemeyi öğreneceksin?" diye sormaya gelmiştir.

İnsanların bedenlerine karşı takındıkları tavır hastalandıklarında daha belirginleşir. Garip bir edilgen ima vardır sözlerinde: Bedenleri onlardan ayrı bir nesneymiş gibi "Hastalandım."diye söze başlarlar. Üşene üşene omuzlarını silkerler, yataklarına uzanıp mucize bir doktorun ve harikalar yaratan bir ilacın onları kurtaracağı günü beklemeye koyulurlar. Bilimdeki müthiş ilerlemeler pasifliklerini örtmeleri için biçilmiş kaftandır: mikropların, virüslerin vücuda nasıl saldırdıklarını bildikleri gibi penisilinin ve diğer antibiyotiklerin onları nasıl iyileştireceğini de fevkalade eksiksiz öğrenmişlerdir. Bu kesinlikle bedeninin farkında olan insanın sergileyeceği türden bir yaklaşım değildir. Ancak bedenlerinin bütünlüğünü algılamaktan yoksun olanlar "Zatürree mikrobu beni yatağa düşürdü ama penisilin beni yine ayağa kaldıracak." türünde pasif bir tavır içine girerler.

Tıbbın önerdiği yardımı reddetmek nasıl yanlış bir davranış olursa, insanın vücudu üzerindeki egemenliğinden vazgeçmesi de o denli hatalıdır. Kendi kendimizi idare etmeyi bıraktığımiz an psikolojik kökenli her çeşit rahatsızlığa davetiye çıkarırız. Normal yürüyememe, nefes darlığı çekme, kamburluk gibi vücut fonksiyonlarındaki herhangi bir bozukluk ya da aksamanın sebebi hayat boyu bedene bir makine muamelesi yapmakta aranmalıdır. Yürümedeki bir bozukluğun düzeltilmesi, yürürken bacaklarda ne olduğunu tekrar hissedebilmeyi zorunlu kılar. Psikosomatik hastalıkları veya verem gibi kronik rahatsızlıkların tedavisinde ana kural çalışmadan ve dinlenmeden önce 'vücudu dinlemek'tir. Bedeninin sesini duyabilecek kulaklara sahip hassas bireyler daha sağlıklı yaşamak ve daha çabuk iyileşmek konusunda vücutlarından bir sürü ipucu alırlar. Belirli aralıklarla hastalanmayacak sağlıklı bir bedene sahip olmanın yolu bireyin yaşam ritmini vücudunun ve duygularının ritmiyle aynı frekansta tutmasından geçer.

İnsanlar vücutlarını hem iş yaparken hem de mutluluğu yakalamaya çabalarken göz ardı ederler. Beden hep doğru kullanılırsa zevk vermeye yarayacak bir şehvet aracı rolüne layık görülür. Önceki bölümlerden birinde de değindiğimiz üzere, sekse karşı takınılan kayıtsız tavrın altında benlikle bedeni ayrı tutmak vardır. Kinsey Raporu'nda cinsel ilişkide partnerin bir "seksüel obje" yerine konduğu savunulmaktadır. "Ben bu insanla cinselliği yaşamak istiyorum." diyen yok denecek kadar azdır. Yaygın olan ise "Cinsel ihtiyaçlarımın bir aracıya ihtiyacı var." dürtüsüdür. Cinsel aktiviteyi kişilikten ayrı tutmak Püriten geleneklerin bir yansımasıdır. (Püriten mezhebi İngiltere'de kraliçe I. Elizabeth zamanında ortaya çıkmış, ahlak ve din konularında çok tutucu bir mezheptir. Ç.N)

Yakın geçmişte Püriten inanışların yerini özgürlükçü düşünce sistemi aldıysa da, cinsellik benliğin bir parçası olarak hiçbir zaman kabul edilmemiştir.

Biz bedenle benliği yeniden birleştirmeyi, yani faal bedenin varlığını yeniden keşfetmeyi öneriyoruz. Bedeni yaşamak bu demektir- yemeyi, dinlenmeyi, yorulmuş kaslarımızı dinlendirmeyi, cinsellikten alınan zevki, tutkuyu benliğin bir parçası olarak duyumsamak. "Bedenim hissediyor." edebiyatını bırakıp "Ben böyle hissediyorum." boyutuna geçmek. Verdiğimiz örneğe geri dönersek, cinsellikte yaşananları "ben" olgusundan ayırmak, insanın nefes borusunu vücudundan ayrı görüp "Ses tellerim seninle konuşmak istiyor." demesinden daha mantıksız değildir.

Dahası, biz sağlıklı ve güçlü bir beden fikrinin tam ortasına benliği oturtmak iddiasındayız. Hastalanan veya iyileşen "ben"dir. Hastalıklarla baş ederken "ben"in etken olmasını öneriyoruz. En azından hastalıklardan biri için iyileşince etken bir fiil kullanıyoruz- veremden kurtulanlar "Falanca sanatoryumda veremi yendim." diyorlar. İster fiziksel, isterse psikolojik olsun biz her hastalığın belli bir süre için bedenin başına gelen bir olay olarak değil, doğanın bireyi tekrar eğitmek için kullandığı bir yöntem olarak benimsenmesinin doğru olacağına inanmaktayız.

Hastalıkların neden eğitici olduğuna inandığımızı aşağıdaki veremli bir hastanın arkadaşına yazdığı mektuptan anlayacaksınız:

"Bu hastalığa yakalanmamın sebebi sadece gereğinden çok çalışmam ya da verem mikroplarının istilasına uğramam değil. Gerçek sebep, olmadığım biriymişim gibi davranmam. 'Müthiş sosyal insan'ı oynamak hoşuma gitmişti. Oraya buraya koşuşturmak, aynı anda üç işle uğraşmak; ruhumun okumayı, düşünmeyi, rahatlamayı arzulayan kısmını kendi kaderine terk etmek pahasına da olsa. Hastalığım bana vücudumun kayıp fonksiyonlarını arayıp bulmam gerektiğini gösterdi. Hastalık boyunca doğanın sesini yanı başımda duydum diyebilirim: "Tekrar bütünüyle kendin olmalısın. Kendin olmayı başardığın oranda iyileşecek, başaramadığın oranda hasta kalacaksın."

Klinik vakalara dayanarak rahatlıkla söyleyebiliriz ki, hastalığından kendiyle ilgili önemli dersler çıkaran insanlar hastalık sonrasında önceki durumlarına göre kendilerini çok daha yenilenmiş ve tatmin olmuş hissedebilmektedirler.

Beyin ve vücut arasındaki gizemi çözmek isteyenlere yukarıda bahsettiklerimizin yararının dokunacağını umuyorum. Çeşitli hastalıklara benlik açısından bakacak olursanız, psikolojik ve ruhsal (ruhsal kelimesini hayatın anlamsızlığı karşısında duyulan çaresizliği çağrıştırması bakımından kullanıyorum) her türlü rahatsızlığın benliğin bireyin dünyasında kendi yerini bulamamasıyla ilintili olduğunu gayet net anlayacaksınız. Her cins hastalığın bireyi belli bir amaca yönlendirdiği bilinmektedir. Fiziksel rahatsızlıklar bir takım nereden kaynaklandığı belirsiz endişeleri unutturabilir çünkü bireyin şimdi endişelenecek elle tutulur bir mazereti vardır. İnanın ki, var olduğu kesinleşmiş bir hastalıktan dolayı endişelenmek, nedeni belirsiz bir şekilde sürekli endişe ve sıkıntı çekmekten çok daha az acı verir. Her ne kadar pek yapıcı bir metot olmasa da, pek çok insan geçirdiği ciddi bir hastalık sonrası yıllardır çektiği suçluluk duygusundan kurtulabilir. Tıp zamanla difteri, verem ve daha bir sürü hastalığı yok etti denebilir -ki bu çok güzel bir haber- ama insanlara endişeleri, suçluluk duyguları, içine düştükleri boşluk, amaçsızlıkları konusunda yardım edilmediği sürece hastalıklar yalnızca boyut değiştirmiş olacaklar. Söylediğim saçma gelebilir ama prensipte haklı olduğuma inanıyorum. Hastalıklarla mücadele ederken kendi içimizde uyumu ve bütünselliği yakalayamazsak, Yedi Başlı Hydra ile savaşan Herkül'e döneriz: Başlardan biri kesilse bile yerine yenisi büyür. Sağlığımız konusundaki zaferi ancak benliğimizle bütünleşerek kazanmamız olasıdır. Elbette tıbbın yeni keşiflerini küçük görüyor değilim ama mikropları öldürmenin de ötesine gitmek zorundayız; kendimize ve başkalarına yardım edebildiğimiz, benliğimizin varlığını onayladığımız oranda uzun süreli sağlığa ulaşabiliriz.

Duygularımızın farkına varabilmek ikinci adımın da temelini atar: Ne istediğimizi bilmek, ilk bakışta basit bir şeymiş gibi gözükebilir. -ne istediğini kim bilmez?- Ama başta da belirttiğimiz üzere aslında ne istediğini bilenlerin sayısı tahmin edilemeyecek denli azdır. Dürüst olalım, istediğimizi sandığımız birçok şey aslında alıştığımız rutinden: cuma günleri balık yemek gibi ya da istemeye kendimizi mecbur hissettiğimiz şeylerden: işte başarılı olmak gibi ya da isteyebilmeyi istediğimiz şeylerden: komşumuzu sevmek gibi, başka nedir ki? Çocuklara istekleri hakkında yalan söylemeleri öğretilmeden evvel, onlarda arzuların direkt ve dürüst biçimde nasıl ifade edildiğine tanık olabiliriz. Çocuk sokak ortasında bağırmaya başlar: "Dondurmayı seviyorum ve bir külah dondurma istiyorum!"; istediği şey konusunda tereddütü yoktur. Arzuyu bu kadar doğrudan dile getirmek, karanlık, havası ağır bir yerde bir parça temiz hava etkisi yaratır. Çocuğun istediği anda dondurmayı yemesi doğru olmayabilir; her şekilde çocuk karar verecek olgunlukta değilse o anda dondurma alıp almamak ebeveyne kalmış bir şeydir.

Fakat lütfen! çocuğunuzu o anda dondurma istemediğine ikna etmeye kalkışmayın!

Duyguların, isteklerin farkında olmak onları olur olmaz her yerde insanlara duyurmayı gerektirmez. Durumu tartma ve karar verme, sonradan da göreceğimiz gibi, bireyin olgun biçimde benlik bilincine ulaşmasıyla ilintili bir konudur. Takdir edersiniz ki, karar vermeden önce insanın ne istediğini bilmesi kaçınılmazdır. Ergenlik çağındaki bir delikanlının otobüste karşısında oturan güzel kıza, karşı erotik dürtülerinin farkına varması bunları mutlaka hayata geçireceği anlamına gelmez. Ya peki bu delikanlı toplum bunlara izin vermez diye düşünerek dürtülerinin bilincinde olmaya karşı çıkarsa? Eğer durum buysa, on yıl sonra evlendiğinde karısıyla cinsel ilişki kurmasının toplumun izin verdiği bir şey mi yoksa alışılagelmiş, beklenen bir rutin mi olduğunu nasıl ayırt edecek?

Dürtülerini bastırmadıkları sürece hiç olmadık anda onların bir yerden patlak vereceği korkusuyla yaşayanlara, en iyi arkadaşının karısına karşı cinsel arzularının esiri olmaktan çekinenlere nörotik duygular yaşıyor denir. Bastırılan içgüdüler sonradan birer saplantıya dönüşüp geri gelirler. Victoria döneminde çarkların ayakta tuttuğu adamlar duygularını bastırıp içlerinde hapsederek hissettikleri şeylere kanun kaçağı muamelesi yaptılar. Kişi ne kadar kendiyle bütünleşirse, duygularının saplantı halini alması da o kadar imkansızlaşır. Olgun bir insanda hisler ve arzular belli bir konfigürasyonla oluşur. Tanıdıklarla yenecek bir akşam yemeğini bir tiyatro oyunu olarak gören birey, yemek arzusu değil bir oyun izleme arzusu duyar. Konser izlemeye gelen ise şarkıcı çok çekici birisi de olsa konfigürasyonunu şarkı dinlemek olarak belirlemiştir. Tabii hepimiz zaman zaman ikilemler içine düşebiliriz fakat bu asla saplantıların esiri olmakla karşılaştırılacak bir durum olamaz.

Her doğrudan ve ani hissetme-isteme deneyimi içten ve tektir. Yani tepki ve ona bağlı gelişen istek belirli bir yere ve zamana aittir. İçtenlik terimi duruma karşı doğrudan verilen tepkiyi açıklar. Buna teknik terminolojide " figür-zemin konfigürasyonu" denmektedir. Figür-zemin konfigürasyonu, etken ben'in tepki anında şartların bir parçası olması şeklinde de anlatılabilir. İyi bir arka plan formasyonu bir portre için nasıl önem teşkil ediyorsa, olgun bir insanın davranışlarının çevresiyle şekillenmesi de aynı şekilde önemlidir. İçtenlik, bu nedenle, ben merkezcilik (egosantrisizm) ya da canı her istediğinde aklına eseni yapmak demek değildir. İçten bir tepkide orijinallik ve teklik aranmalıdır. Tepkiyi doğuran olayın tamamen aynısının gerçekleşmesi imkansızdır bu yüzden anlık içten bir tepkinin de tekrarı olanak dışıdır. Rahatsızlık verecek derecede tekrar edilen tepki nörotik davranışlara mahsustur.

Duygularımızın, isteklerimizin bilincine varmak için üçüncü adım, bilinçaltımızla kuracağımız bağlantıdır. Bu adımla ilgili sadece birkaç ufak nokta ekleyeceğiz. Modern çağ insanının bedeni üzerindeki egemenliğinden vazgeçtiğini söylemiştik. Egemenliğimizden çıkan sadece bedenimiz değildir ne yazık ki. Aynı anda karakterimizin bilinçdışı yanına da yabancılaştık. Yaşadıklarımızın irrasyonel, sübjektif, bilinçdışı yanlarının sanayinin ve ticaretin yönettiği bir dünyada kendimizi kanıtlamakla örtüştüğünü önceki bölümlerimizde anlattık. Şimdi bastırdıklarımızı geri çağırıp onlara hoş geldin deme zamanı gelmiş bulunuyor. Çağlar boyu, insanlar rüyalarını bilgeliğin, yol göstericiliğin ve öngörünün kaynağı olarak algılamışlardır. Bugün ise rüyalarımızı Tibet'teki tuhaf bir dans kadar yadırgıyoruz. Bu da benliğimizle çok büyük ve önemli bir bağı koparmamızla sonuçlanıyor. Böylece bilinçdışımızda saklı gücü ve bilgiyi kullanmaktan otomatikman vazgeçmiş oluyoruz. Plato'nun benzetmesini kullanarak diyebilirim ki, dizginlerin tek bir ata bağlı olduğu bir at arabasında gidiyoruz, dört beş at ise arabayı başka yöne çekiyor. Bilinçdışında yer alanlar günlük farkındalığımızın dışındadırlar ama yine de benliğin bir parçasıdırlar ve belli oranda onlara ulaşılabilir. Benliğimizin gizli kalmış bu krallığını ne kadar çabuk keşfedersek o kadar iyi.

Rüya yorumlarının detaylarına girersek esas temamızdan çok uzaklaşacağız. Bir rüyayı anlayabilmek çok karmaşık ve zor bir uğraştır -bazı kitaplarda modern rüya yorumları için sembolleri okuyunca rüya yorumlamanın çok da zor olmadığını düşünebilirsiniz. Belli sembollerle rüyaları anlamaya çalışmak karşı karşıya olduğumuz problemi vurguluyor- yani bilincimizi saf dışı bırakmanın çağdaş yolunu. Düşünsenize, sihirli sözcükleri bilen filanca bir otorite sizin neler hissettiğinizi anlıyor da siz kendinizi bir türlü çözemiyorsunuz!

Kitabımızın bu kısmında rüyalarımıza ve bilinçaltımızın/bilinçdışımızın diğer dışavurumlarına karşı sempatiyle yaklaşmanın yararlarını anlatmaya çalışıyoruz. Rüyalar salt ikilemleri ve bastırılmış istekleri aktarmakla kalmazlar, yıllar önce öğrenilen ve unutulduğu sanılan bilgileri de bulup çıkarırlar. Düşlerini saçma diye nitelendirmeyip üzerinde duranlar, eğitimli olmasalar bile, zaman zaman bu düşlerin yol gösterici niteliklerinden yararlanabilirler. Rüyalarını yorumlama yeteneğini geliştirmiş olanlar da, sorunlarına dair ipuçlarına ve çözüm yollarına ara sıra rüyalarında rastlayabilirler.

Buraya dek özetleyecek olursak, yaşıyor (canlı) olmak demek bizler için kendimizin farkında olmakla eş anlamlıdır. "Daha fazla bilinç," der Kierkegaard "daha fazla benliktir." Birey olmak "ben-lik" denen muhteşem deneyimi yaşamak, olayların içindeki özne olmak demektir.

Birey olmanın yukarıdaki tanımı bizi iki hatadan kurtarır. Birinci hata, "pasiflik"tir. Pasiflikten kastedilen, davranışı şekillendiren belirleyici güçlerin benliğin yerine konmasıdır. Psikanalizin eski bazı türlerinde pasifliği rasyonalize eden eğilimler olduğunu itiraf etmeliyim. İnsanların nasıl bilinçdışı korkular, eğilimler ve arzularla yönlendiğini, on dokuzuncu yüzyılın istediği gibi 'çelik iradeli' olmak yerine zihinleri üzerindeki kontrolü nasıl yitirdiklerini araştıran Freud bu çalışmalarıyla bir çağa damgasını vurmuştur. Fakat bu çalışmalar içinde bilinçdışı güçlerin belirleyici rolü fazla vurgulanmış ve beraberinde yanlış bir takım varsayımları da getirmiştir. İlk psikoterapistlerden Grodeck "Bilinçdışımız sayesinde yaşıyoruz." demekle Freud'un büyük övgüsünü kazanmıştır. Freud'un övgülerinin nedeni, Grodeck'in "egonun pasifliği" anlayışını tüm araştırma boyunca ön planda tutan görüşleridir. Altını çizmemiz gereken bir noktadayız: Freud'u bilinçdışı güçleri incelemeye iten genel sebep, insanların bu güçleri bilinç üstüne taşımalarına yardım edebilmekti. Defalarca belirttiği gibi, ona göre psikoanalizin temeli bilinçdışında olanı bilinç üstüne taşımak, farkındalık boyutunu genişletmek, bireye kendi benliğinin yönetimini ele geçirmesinde destek olmaktı. Bu yüzden bizim burada pasifliğe karşı yaptığımız uyarılar Freud'un görüşleriyle gerçekten örtüşüyor denebilir.

Bireye olan bakış açımızın bizi içine düşmekten kurtaracağı ikinci yanlış ise "aktiflik"tir. Aktiflik kelimesini farkındalık kavramı yerine kullanmaktayım. Bizim kültürümüzde

aktiflikten anlaşılan, ne kadar çok işle meşgul olunursa o kadar yaşanılır felsefesidir. Hatırlatmak isterim ki bizim savunduğumuz aktif (etken) ben'in işten işe koşuşturan, sürekli meşgul bir birey olmakla uzaktan yakından ilgisi bulunmamaktadır. Birçok kimse endişelerini unutmak için kendini işine verir; meşguliyetin sorunlardan kaçmanın bir yolu olduğuna inanır. Meşgul olmak önemli bir birey olmanın göstergesiymiş gibi acele işler peşinde koşarak yaşadıklarına dair gerçek olmayan, geçici bir hisse kapılır bu insanlar. Chaucer'in Canterbury Hikayeleri'nde bu konuda çok zeki ve kurnazca bir yorumu yer alır: " Bana öyle geliyor ki olduğundan daha meşgul gözükmeye çalışıyordu."

Benlik bilincine dair söylediklerimiz kendiyle bütünleşmiş, iç uyuma ulaşmış davranış biçimini kapsar fakat aktiflik kavramına terstir. Biz kendimizden kaçmayı öğütlemiyoruz. Yaşamak yeri geldiğinde hiçbir şey yapmama potansiyelini de içine alır. Kendini yiyip bitirmeden boş oturmak göründüğünden zor olabilir. Robert Louis Stevenson'un kesin olarak yazdığı üzere: "Tembellik edebilmek için bayağı güçlü bir bireysel kimliğe sahip olmak lazımdır." Benliğin farkına varmak yaşamın daha sakin yanlarını da içerir. Örneğin meditasyon yapmak, derin düşüncelere konsantre olmak Batı'nın kaybettiği sanatlardır ki bu tehlike arz eden bir durumdur. Bir şeyler 'yapıyor' olmak yerine bir şeyler 'olmak' ruhumuzda yeni bir tat yaratacaktır. Eğer bu tadı yakalayabilirsek, değerli olduğumuzu ispatlamak uğruna çalışmak zorunda kalmayacağız. Çalışarak meydana getirdiklerimiz yaratıcılığımızın, ruhumuzdan gelen ilhamın bir yansıması olacak, hem kendimizle hem de dostlarımızla olan bağı koparmadan.

4

VAR OLMA MÜCADELESİ

Benliği keşfetmek bir önceki kısımda bahsettiğimizden daha zorlu, uçurumlar ve beklenmedik gelişmelerle dolu bir mücadele değil midir? Aynen öyle. Artık birey olmanın dinamik karakterini incelemenin zamanı geldi. Çoğu insan, yetişkinler başta olmak üzere, kendi ayakları üzerinde durmasını engelleyen şartları yenmeye çabalarken sayısız ikilem ve zorlukla mücadele etmek zorunda kalır. Birey haline gelmenin hissetmeyi öğrenmek ve ne istediğini bilmenin de ötesinde hissetmeyi ve istemeyi önleyen güçlerle savaş demek olduğunu sonradan anlarlar. Hayatlarında ilk kez onları kısıtlayan bir zincirle yüz yüze gelirler. Bu zincir onları ailelerine, bizim toplumumuzda annelerine, bağlayan zincirdir.

İnsanoğlunun gelişimi kitleden bireysel özgürlüğe uzanan bir süreçtir. Ana rahmindeki cenin anneyle bir bütündür. Göbek kordonu aracılığıyla anneye veya kendine herhangi bir seçim şansı bırakmadan otomatik olarak beslenir. Bebek doğup da göbek bağı kesilince o en azından fiziksel bakımdan ayrı bir canlıdır artık ve beslenmesi gerek anne gerekse bebek için bilinçli bir faaliyet haline gelir, bebek mama için yeri göğü inletebilir, anne de buna ya 'evet' ya da 'hayır' der. Her şekilde bebek neredeyse tamamen ebeveynlere, özellikle de onu besleyip büyüten anneye, bağımlıdır. Birey oluncaya dek sayısız evreden geçer. İlk özgürlük hissiyle ayrı bir varlık olduğunu ayrımsar, okulla beraber aile kucağından ayrılır, ergenlikte cinsellikle tanışır, üniversite stresini ve meslek seçme kaygısını yaşar, evlenip bir aile kurma sorumluluğuna girer vb. Yaşam boyunca birey yeni aşamaların eşiğine gelir ve kendiyle bütünleşmesi her seferinde farklı bir oluşum izler. Bütün evrimlerin özünde bütünden farklılaşma, kitleden kopup değişik bir varlık olma, daha sonra ise bütünün diğer parçaları ile daha yüksek bir seviyede iletişim kurma kalıbı vardır. Bir taşla veya kimyasal bir bileşimle karşılaştırıldığında insanın ancak bilinçli ve sorumluluk isteyen kararlar vermek suretiyle bireyselliğini gerçekleştirebildiğini gözlemliyoruz. İnsanın hem psikolojik, hem etik, hem de fiziksel bir canlı olması gerekiyor.

Kesin konuşmak gerekirse, doğma, kitleden kopma, bağımlılığın yerini karar verme yetisine bırakması süreci, yaşamın her safhasında bireyin karar verme mekanizmasını etkiler; hatta ölüm döşeğinde bile bireyin karşı karşıya kaldığı konu budur. Ölümü cesurca kabullenmek, tekrar bütünden kopma, bir kez daha tek başına kalmayı öğrenmek değil de nedir?

Yani herkesin hayatı bir grafik biçiminde kağıda dökülebilir - otomatik bağımlılıktan nasıl kendini kurtardığını, nasıl birey olduğunu, kendi seçimi olan sevgileri yaşarken çevresindekilerle ne derecede bir iletişim kurduğunu, ne kadar yaratıcı ve sorumlu olduğunu, bunların hepsini sembolik olarak gözler önüne sermek mümkündür. Şimdi kitleden farklılaşmayla bağlantılı psikolojik mücadelenin derinine inelim:

PSİKOLOJİK GÖBEK BAĞINI KOPARMAK

Onu anneye bağlayan göbek kordonunun kesildiği andan itibaren minik bebek ayrı bir varlık konumuna geçer ama eğer psikolojik göbek bağı zamanında kesilmezse çocuk anne babasının dizinin dibinden bir daha hiç ayrılamaz. Evin ön bahçesindeki bir direğe bağlanmış gibidir ve ipin uzunluğundan daha fazla bir mesafeye ulaşma şansı kalmamıştır. Gelişimi frenlenir, içinde filizlenen özgürlük dışarı çıkamayınca içe döner ve öfkeyle birleşip çocuğun içini kemirmeye başlar. İpin çizdiği sınırlar çerçevesinde her şey normal gözükür ancak evlilik çanları çalınca, işe girince, ölüm yaklaştığında bu insanları büyük sorunlar beklemektedir. İstisnasız her kriz anında 'annelerine koşma' eğilimi ağır basar. Genç bir koca vaktiyle şöyle demişti: "Karıma verebilecek yeterli derecede sevgim yok çünkü annemi çok fazla seviyorum." Adamın yanlışı 'sevgi' sözcüğünü kullanırken dikkatimi çekmişti. Gerçek sevgi büyüyüp genişleyen bir şeydir, asla başkalarını soyutlamaz: genç adamın annesine olan bağlılığı ise karısına olan sevgisini gölgelemektedir. Toplumumuz çok bozuldu ve insanlara minimum bir yaşam standardını garanti edemeyecek hale geldi. Bizler toplumda, aradığımız 'annelik' vasıflarını bulamayınca çocukluğumuzun sığınağı görevini gören gerçek annemize koşuyoruz.

Günlük hayattan verebileceğimiz bir örnek bu bağın ne olduğunu ve kesilmesindeki güçlükleri anlamamıza yardımcı olacaktır. Şimdi anlatacağım vaka olağandışı bir durum değil, hatta olayı ilginç kılan annenin yapmacıktan ve gizlilikten uzak davranışları. Otuz yaşında yetenekli bir genç adam eşcinsel duygularından dolayı sıkıntı çekiyordu. Kadınlara karşı hiç ilgisi olmadığı gibi onlardan korkuyordu da. Hiç kimseyle samimi ilişkiler içine girmemeye özen gösteriyordu. Doktora tezi ise yarım kalmıştı. Kardeşi yoktu; annesinin egemenliğinde kalmış babasını acınacak bir varlık olarak görmekteydi. Anne birçok defa onun önünde babasını ağır biçimde aşağılamış, bir keresinde de annesiyle babası arasında geçen bir konuşmaya kulak kabartmıştı.

"Ölümünün bize daha çok hayrı dokunurdu," diyordu annesi babasına, "ama o kadar korkaksın ki canına kıymaktan bile ödün kopuyor." Okula giderken onu hep itinayla annesi giydirirdi. Okuldaki oğlanlarla kavga etmeyi beceremiyordu, annesi sık sık okula gidip oğlanların ona sataşmasını engelliyordu. Anne oğluyla her sırrını paylaşıyor, babasından çektiklerini birer birer sayıp döküyordu. Çocukken en nefret ettiği anlar annesinin kendisine yardımcı olması için onu tuvalete çağırdığı zamanlardı. Üniversite yıllarında giyinik değilken annesinin odasına girebileceği korkusuyla yaşamıştı. O daha küçük bir çocukken, anne başka bir adamla gayet aleni bir ilişki yaşamıştı ve bu ilişkiyi öğrendiğinde yıkıldığını anımsıyordu. Buluğ çağı geldiğinde ne zaman bir kızla çıkmak istese annesinin engellemesiyle karşılaşmıştı. İlle de bir kızla çıkmakta ısrar ettiğinde, anne sadece sosyal statüsü çok iyi olan ailelerin kızlarıyla çıkacak şekilde durumu ayarlıyordu.

Küçüklüğünde piyano çalıyor olmasıyla herkes çok ilgilenmişti. Okulda ve Pazar okulundaki müsamerelerde hep o piyano çalmak durumundaydı. Bir gün annesi hanımlar toplantısında ondan bir parçayı çalmasını istemiş ama parçayı unutunca (üstelik çok da iyi bildiği bir parçaydı), kıyamet kopmuştu. Pazar okulunun öğretilerinin önemli bir bölümünü kapsayan "Anne babanızı onurlandırın." emrine karşı gelmekle suçlanmıştı. Çok zeki bir çocuk olduğu belliydi, okuldaki sayısız başarılarına ordudaki üstün sicili de eklenmişti. Ne var ki tüm bunlar annesinin sosyal itibarını arttırmaktan başka işe yaramamıştı. Annesinin onun başarılarını bu denli sömürmesine bir tepki olarak piyano solosunu unuttuğunu ve doktorasını yarım bıraktığını şüphesiz siz de fark etmişsinizdir. Başarılarınızın başkaları tarafından sömürü aracı yapıldığına kanaat getirirseniz, kendinizi savunmanın bir yolu hiç bir şey başarmamaya özen göstermektir, böylece kimsenin sizden bir şey çalamayacağına inanırsınız. Terapiye başladığında annesinden bir sürü mektup aldı. Annesi ufak kalp krizleri geçirdiğinden bahsedip eve dönmesini ve ona bakmasını istiyordu. Eğer onunla ilgilenmezse bir kriz daha geçireceğini söyleyerek genç adamı tehdit ettiğini çok net anımsıyorum.

Bu genç adamın sorunları, belli yönlerden, günümüz erkeklerinin sorunlarıyla şaşılacak benzerlikler taşımaktadır. ilk olarak sorun sevgi eksikliği, cinsel kimliğin tam oturmaması ve hem cinsel alanda hem de başarı yönünden tatminsizliktir. Genç adamın çizdiği aile tablosu çok tipik bir örnektir. Ailenin Freud'un Oedipus kompleksini (erkek çocuğun anneye cinsel arzu duyması Ç.N.) açıklamak için kullandığı ataerkil modelin tam zıttı bir oluşumda olduğu hemen dikkat çekiyor. Annenin baskın ve etken rolde, babanın ise zayıf ve acınacak bir konumda bulunduğunu anlıyoruz. Olayın bir üçüncü boyutu ise genç adamın annesini memnun ettiği müddetçe yakınlık görmesinde yatıyor. Anne çocuğun adeta her an emrine amade olacak bir küçük prens olmasını kurmuş kafasında. Ama "Üzerinde bir taç taşıyan kafa rahat yatıp uyuyamaz." sözü burada doğrulanıyor. Baş tacı edilse de genç adamın asla güven ve güç duygusundan nasibini almadığı, annesinin kuklası olmaktan öteye gidemediği hemen ortaya çıkıyor. Klasik anlamda Oedipus kompleksini bu vakada görüyoruz ama önemli bir farkla: çocuk hadım edilmekten (yani gücünü kaybetmekten) ölesiye korkuyor fakat korktuğu birey babası değil, annesi. Annenin sayesinde (!) babanın çekinilecek hiçbir yanı kalmamış. Çocuk kendinde erkeğe özgü bir güç kaynağı bulamayınca büyüme çağının en gerekli unsuru olan kendi ayakları üzerinde durma deneyimini de yaşayamıyor. Genç adamın çocukken kendini düşlerinde prens olarak görmesine hiç şaşırmadığınızı tahmin ediyorum. Narsizm (kendine aşık olma) eğilimi genç adamda bu dönemlerde oluşmuştu çünkü iç dünyasındaki güçsüzlüğü örtmenin tek yolunu narsizmde bulmuştu.

Peki içinden çıkılmaz gibi gözüken bu sarmaldan kurtulmanın başka yolu yok mu? Elbette, çocuk tamamen içine kapanıp beceriksiz, yeteneksiz bir kılığa bürünüp başarılarının sömürülmesine engel olma yolunu da seçebilir.

Veya çocuk kollarını bu fırtınalı denize uzatıp kendi özgürlüğü için savaşmaya başlayacaktır. İsterseniz bunu nasıl başarabileceğini hep beraber görelim.

ANNEYE KARŞI MÜCADELE

Bütün zamanların en muhteşem dramlarından biri, Orestes'in özgürlüğü adına verdiği savaşın hikayesidir. Özgürlüğü elde etme çabasına gelin bir de tiyatronun bakış açısından bakalım. Ben bunda iki ayrı yarar görüyorum: Birincisi tarihi önem taşıyan olayların günümüze farklı bir ışık tutacağına inanmaktayım. İkinci olarak ise insanoğluna mal edilebilecek en köklü gelişimlerin yüzyıllar evvelinden bu zamana söylene gelmiş Oedipus'un efsanesi veya Eyüp'ün hikayesi gibi klasik eserlerde gizlendiğini düşünmekteyim.

İnsana özgü ikilemleri konu eden ilk büyük eser, antik Yunan edebiyatı döneminde Aeschylus tarafından yazılmıştı ve bu eseri Robinson Jeffers "Tragedyanın Ötesinde" isimli kitabında yeni bir yorumla tekrar yayınladı. Miken(Mycenae) Kralı Agamemnon, Grek ordularının başında Truva'ya sefere çıkar. Karısı Clytemnestra ise bu arada amcası Aegisthus ile ilişkiye girer. Agamemnon Truva seferinden dönünce Clytemnestra onu öldürür; henüz küçük bir çocuk olan oğlu Orestes'i krallıktan sürdürür ve kızı Electra'ya ise köleymiş gibi davranmaya başlar. Aradan yıllar geçer ve Orestes bir delikanlı olarak Miken'e döner; amacı annesi Clytemnestra'yi öldürüp intikam almaktır. Nihayet Clytemnestra'yı kıstırıp kılıcını çektiğinde Clytemnestra ilkin onu bağışlaması için oğluna yalvarıp yıllar önce çok acılar çektiğinden dolayı tüm bunları yapmaya mecbur kaldığını anlatmaya çalışır. Orestes'i ikna edemeyeceğini anlayınca da annesinin lanetinden korkması gerektiğini, eğer annesini öldürürse başına gelmedik felaket kalmayacağını söyleyerek tehditler savurur. Bu taktikler de işe yaramayınca- Robinson Jeffers olayları böyle tasvir ediyor- Orestes'i tutkulu öpücükler ve kucaklamalarla baştan çıkarmaya kalkışır. Orestes adeta taş kesilmiştir, kılıcı elinden düşer ve dudaklarından şu sözler dökülür: " Hiçbir şey yapamayacağım. Kendimde değilim artık." Bu ani, şiddetli pasiflik hissinin en çarpıcı yanı hala pek çok genç erkeğin aynı duyguların pençesinde olması yani baskın, hükmeden bir anne karşısında tüm erkin yitirilmesidir. Orestes annesinin duygularının sevgi ve tutku değil, onu saf dışı etmek amacıyla kurulmuş bir tuzak olduğunu etrafını çevreleyen muhafızları görünce anlar ve o anda kılıcını Clytemnestra'ya saplar.

Orestes'in delirişinin başlangıcı da bu olay olur. Her gece

Orestes, saçlarında onlarca karayılanın dolaştığı "karanlığın öfkeli ruhları" tarafından kovalandığını görür kabuslarında. Bu ruhlar Yunan mitolojisinde kendi kendini lanetlemeyi ve huzursuz bir vicdanı temsil etmektedirler. Daha o asırlarda Antik Yunanlıların vicdan azabı çeken bir insanı bu denli eksiksiz tasvir edebilmeleri, hatta bu duygunun bireyi nasıl nevroza sürüklediğini anlayabilmiş olmaları gerçekten şaşırtıcı ve hayranlık uyandırıcıdır.

Orestes günlerce uykusuz kalmış ve harap düşmüştür. Ayakları onu Delphi'de Apollo'nun tapınağına sürükler. Kısa bir süre de olsa tapınaktaki musalla taşında biraz dinlenip rahatlar. Daha sonra Apollo'nun koruyuculuğu altında Athena'nın mahkemesine çıkmadan evvel Atina'da yargılanır. Mahkemeyi uğraştıran konu, bir insanın kendisini sömüren ve özgürlükten mahrum bırakan annesini veya babasını öldürmesinin suç olup olmadığıdır. Mahkemeden çıkacak karar tüm insanlığın geleceği için bağlayıcı olduğundan, Olimpos dağındaki tanrılar da tartışmaya katılmak amacıyla toplanırlar. Sayısız tartışmalardan sonra Athena jüriye otoriteyi elden bırakmamalarını, tanrıların saygınlığını ne olursa olsun kaybettirecek bir karardan kaçınmalarını öğütler. Jüri bir yanda 'anarşi' yi bir yanda ise 'kölelik'i oylamalaya koyar ve oylar eşit çıkar. Her şey bilgelik ve aklın tanrıçası Athena'nın oyuna kalmıştır. Athena insanların özgürlüklerinin her şeyin üzerinde olduğunu ve ebeveynlerini öldürmüş bile olsalar hiçbir varlığın bu haktan mahrum bırakılamayacağını açıklar. Böylece Athena'nın oyuyla Orestes affedilir.

Yukarıda kısaca özetlediğim hikayenin altında insan tutkularının, ikilemlerinin müthiş bir savaşımı yatmaktadır. Tema bir annenin öldürülmesidir ama aslında gerçek çalkantı Orestes'in bir birey olma yolundaki savaşında saklıdır. Shakespeare'in "olmak ya da olmamak" şeklinde ifade ettiği de hem psikolojik hem de ruhsal bir kimliğe sahip olabilme kaygısından başka bir şey değildir zaten. Athena'nın konuşmasında da söz ettiği gibi bu, eski gelenekler ve ahlak anlayışları (bunları Clytemnestra'nın ve karanlığın kötü kız kardeşleri olan Erinyes'lerin ruhları simgelemektedir) arasındaki bir kavgadır. Apollo ve Athena, Orestes'in davranışında kişileşen bu yeni oluşumu savunmaktadırlar. Bu ve benzer hikayeleri sosyolojik açıdan eski anaerkil yapıya karşı yeni ataerkil yapının ayaklanışı olarak da yorumlamak pekala mümkündür.

Büyüleyici bir psikolojik yaklaşım örneği vererek Aeschylus, Orestes'in başka çaresi kalmadığını, eğer annesini öldürmeseydi sonsuza dek 'hasta' bir adam olacağını belirtir. Oyunun sonunda koro "Işık doğdu, şafak ağarıyor şimdi' şarkısını söyler. Yani Orestes'in işlediği cinayet sonucunda dünya yeni bir ışık ve berraklıkla tanışmıştır.

Oyunu izlediklerinde pek çok kimse Orestes'in yaptıklarından değil, Clytemnestra'ya benzer fazlasıyla anne olduğunu hatırlayıp dehşete kapılmaktadır. Her şekilde Clytemnestra uç bir tiplemedir; hiç kimsenin duyguları salt nefret, salt sevgi ya da tutkudan ibaret değildir. Duygular karmaşık bir düğümü andırır, düğümün içinde her şeyden biraz bulunur. Clytemnestra bir insan olmaktan öte bir sembolü -çocuğun içindeki potansiyeli uzaklara 'süren' otoriter, hükmeden aileleri simgeleyen- yansıtır. İnsanlara özgü böyle derin ikilemleri aktarırken Yunan edebiyatı kelimeleri gereksiz yere harcamamaktadır. Yirminci asrın bireyleri olan bizler, fazlasıyla yüzeysel bir beslenmeyle büyüdüğümüzden olsa gerek, bu ilacı ağız tadımız için haddinden fazla acı buluyoruz galiba.

Ebeveynin öldürülmesi ne demektir? Böyle bir başkaldırışın özü, yetişmekte olan bir insanın -verdiğimiz örnekte bu birey Orestes idi - büyümesini ve özgürleşmesini engelleyecek otoriter güçleri saf dışı etmesidir. Otoriter güçler aile içerisinde annede veya babada toplanmış olabilir. Freud kendi çalışmalarında, çatışmanın baba-oğul arasında olacağını, yani babanın oğlunu hadım etmekle tehdit edeceğini (buna bir anlamda güçlerini yok etmek de denebilir) ve oğlun da kendi haklarını geri kazanabilmek adına babasını öldürmeyi tasarlayabileceğini belirtmişti. Fakat artık biliyoruz ki, Oedipus kompleksi evrensel bir fenomen olmaktan çıkmış, kültürden kültüre değişir durumda. Freud "Alman baba" imajının egemen olduğu bir toplumda yetişmişti. Bizim ülkemizde ise yirminci yüzyılın ortalarına geldiğimiz şu dönemde sorunun babayla değil anneyle yaşandığına, yaşları yirmi ile elli arasında değişen insanların en çok anne baskısından ruhsal huzursuzluk duyduklarına ve muhtemelen de bu nedenle Orestes'in hikayesinde kendilerini bulduklarına şahit oluyoruz. Bunları yalnızca kendi hastalarıma dayanarak iddia etmiyorum. Pek çok meslektaşımla olan sohbetlerimde de aynı tür olaylar hep gündeme geliyor. Bir evvelki olayda da anlatıldığı gibi çoğu zaman erkek çocuk ödül almanın tek yolunun anneyi memnun etmekten geçtiğini fark etmek suretiyle anneye görünmez zincirlerle bağlanmış hale geliyor. Anneyi memnun etmeye çabalarken de düşündüğü tek şey ancak ve ancak bunu başarırsa güçlü bir erkek olabileceğidir. Erkeklik gücü eğer başkasının hükmü altındaysa zaten bir güç unsuru olma vasfını kaybetmiş demektir. Bu da demek oluyor ki, çocuk annesiyle arasındaki zinciri kıramadığı müddetçe gücünü kendini geliştirmek ve başkalarını sevmek için kullanamayacaktır.

Biz çocukları üzerinde hükümdarlık ilan etmiş olan anneleri anlata duralım; bazı okuyucularımıza da bu şekilde son yıllarda sıkça görülen "annecilik" kavramını hatırlatmış oluruz.

"Annecilik" suçlamalarında ne derece doğruluk payı var açıkçası bilemiyorum. Tahminimce, kızgın gençler jenerasyonu tipi yazılar anneye karşı birikmiş nefreti kusmanın en etkili yolu olarak görülüyor. Aslında bu nefretin derinlerinde anneye olan yıkılmaz bağlılığın olduğunu söylememe gerek yok sanırım. Psikiyatr Edward A. Strecker, "ülkemizde toplumun giderek matriarkal (anaerkil) bir yapıya kaydığına" dikkatleri çekiyor. Psikoanalist Erik Erikson ise anaerkil yapının köklerini incelerken, bu oluşuma yol açan koşulların anneyi katilden çok kurban haline getirdiğini vurguluyor. Amerikalı annenin bu role bürünmesinde babanın haftanın beş günü işte bulunmasının ve sadece hafta sonu belli zamanlarda aileyle vakit geçirmesinin etken olduğuna değinerek Erikson, kaçınılmaz olarak annenin aile içinde esas faktör oluverdiğini anlatıyor. "Annecilik"in ortaya çıkışı babaya "Babiş" denmesiyle aynı zamana denk geliyor.

Anaerkil yapı ayrı bir olay ama, yine de günümüz anaerkil yapıda neden kadınların aşırı hükmedici ve otoriter bir kimliğe büründükleri hala cevabını bulamadığımız bir soru. Hali hazırdaki anneler jenerasyonunu kastetmiyorum; onların sadece kafası karışmış durumda. Şimdi uğraştığımız rahatsızlıklar genelde bir önceki neslin annelerinden kaynaklanıyor. Buna hangi psikososyolojik koşullar neden oldu bilmiyorum. Tek söyleyebileceğim psikoterapi gören hastaların annelerinin her seferinde benzer türde hayal kırıklığı içinde olduklarını özellikle oğullarına hissettirmeleri. Clytemnestra yaptıklarına sebep olarak "çağlar öncesine dayalı bir nefreti" göstermişti. Eminim hiç bir anne geçerli bir neden olmaksızın Clytemnestra gibi korkunç bir sömürü ve baskıya dayalı davranışlarını çocuklarına uygulamayı arzulamaz. Büyük olasılıkla sebep annenin de bir zamanlar çok derinden yaralanmış ve kırılmış oluşudur; gelecekte bir daha kırılmamanın yolu ise başkaları - özellikle çocukları- üzerinde baskı kurmak olmuştur anne için. Acaba toplumumuzdaki geçmiş neslin kadınları erkeklerden çok şey mi bekliyorlardı? Victoria döneminde kendilerine mücevher gibi davranılan kadınların bu çağlardan kalma bir alışkanlıkla ayrıcalıklı ve nadide birer varlık olduklarına inanmalarının psikolojik bir sonucu muydu olanlar? Bu kadınlar bir şekilde sonsuza dek herkesin onların emrine amade olacağı beklentisi ile mi yaşamaktaydılar? Ve bunlar olurken belli başlı kadınlık fonksiyonlarının önemli biçimde sekteye uğrayacağı endişesine mi kapıldılar? Cinsellik ve birçok diğer konu, Victoria dönemi sonu kadınlarını çaresizlik ve sıkıntıya sürüklemişti. Zaten kendilerine tapınılan kadınlar için hem salt kadın olmanın mutluluğunu tatmak hem de toplumda kendilerini bağlayan ipleri koparmak olanak dışı bir şeydi. Durum öyle gösteriyor ki, bu nesle mensup anneler kocalarından her şeyi beklemeyi öğrendiler ama bu beklentiler gerçekleşmeyince hınçlarını oğullarını sahiplenerek, onlar üzerinde baskı kurarak çıkarmaya kalkıştılar.

Büyük ihtimalle bu konuların bizim kültümüzdeki anne-çocuk ilişkisiyle yakın ilgisi var. Ama Yunanlılar anne-çocuk ilişkisinin sosyal boyutuyla yetinmeyerek, biraz da saf bir tavırla aynı zamanda anne ve çocuk arasında çocuğun bağımsızlığını bu kadar vazgeçilmez yapan biyolojik bir bağ olduğu iddiasını kurcalamayı tercih etmişler. İddianın kurcalanışına Orestes'te rastlıyoruz. Orestes'i affeden Athena "kendini doğuran annenin kim olduğunu hiç bilmediğini", sadece bir yetişkin halinde babası Zeus'un alnından fırladığını söylüyor.

İşte üzerinde kafa yormak için müthiş bir fikir. Hele bir de bu özelliğin Athena'yı tanrılar ve tanrıçalar arasında 'bilgelik ve akıl' tanrıçası yaptığını düşünürsek. Athena Orestes'in affedilmesini sağlar çünkü kendisi bir anne karnından doğmamıştır ve 'yeni' oluşumun tarafındadır. Bununla insanın bağımlılıktan, önyargıdan, çocukluktan bağımsızlığa doğru yöneldiği sonucu çıkarılabilir mi? Bu yönelişte fiziksel ve psikolojik anlamda bir göbek bağının en büyük engel teşkil ettiği, hatta bu bağla hiç savaşmak zorunda kalmamış olan Athena'nın bir lütuf olarak bilgelikle ödüllendirildiği söylenebilir mi? Çocuğu karnında büyüten, sütüyle besleyen annenin çocuğa babadan daha yakın olduğu su götürmez bir gerçektir. O zaman eski Yunanlılar çocuk annenin kanını taşıdığından her zaman anneye bağlı olacak ve bu bağ hep korunacak demek mi istiyorlar? Yunanlılar bilgeliğin ve doğruluğun anneyle olan tüm bağları koparmakta yatmadığını bilecek kadar zeki ve bilgiliydiler. Onların demek istediği pasiflik, geriye dönüş, sığınma gibi eğilimlerin -Orestes'te gördüğümüz gibi- anne karnına geri dönüş arzusunu çağrıştırdığı ve insanı geliştirecek olan olgunluğun ve birey olma kavramının anne karnına geri dönüş ile tezat oluşturduğuydu. Bilgelik tanrıçasının ana rahmi diye bir şeyi bilmemesinin sebebi de bu muydu acaba?

Bu soruların cevabını siz okuyuculara bırakıp, Orestes'e geri dönüyorum. Bildiğiniz üzere duygusal ikilemler yaşayan bir insan prototipi olan bu genç adam, en sonunda birey olarak yaşama şansını elde eder. Annesini öldürmesini takip eden günler içinde geçirdiği buhranlar sırasında Orestes ormanda halisülasyonlar görerek kendini bilmez bir şekilde dolaşmaktadır. Eserin Robinson Jeffers yorumunda Orestes Miken'deki saraya geri döner, kız kardeşi Electra ondan babasının yerini alarak kral olmasını ister. Orestes Electra'nın bu önerisini hayretle karşılar, ne de olsa annesini öldürmesindeki amacı Kral Agamemnon'un tahtına geçmek falan değildir. Electra nasıl olmuş da bunu algılayamamıştır? Orestes şehirden ayrılmaya kararlıdır. Electra, Orestes'in ihtiyacı olan tek şeyin bir kadın olduğuna kanaat getirip ona evlenme teklif eder. Orestes öfkeyle bağırır: "İşte senin içindeki Clytemnestra! Ailemizin başına ne felaket geldiyse ensest yüzünden gelmedi mi?"

Orestes "kendi içinde harcanıp gitmemeye" yemin etmiştir. Kız kardeşine eğer Miken'de kalırsa 'yürüyen bir taşa' - yani insan olmaktan çıkıp cansız bir yaratığa- dönüşeceğini anlatır. Miken'in ensestle örülü kafesinin içinden çıkmış, 'insanlığa' doğru yürürken, koridorlarda insanların psikolojik bütünleşmelerinin tek amacını oluşturan cümleyi tekrar eder içinden: "Ben dış dünyaya aşık oldum."

Orestes'in 'içe doğru' ve 'dışa doğru' kavramlarını sıkça kullanması ve Miken'deki asıl sorunun 'ensest' olduğundan söz etmesi tesadüf değildir. Ensest cinsel ve fiziksel anlamda aile içine dönmenin, bu yüzden de dışa doğru bir sevgi yöneltememenin simgesidir. Enseste dayalı arzular, psikolojik açıdan ergenlikten sonra da devam ederse ebeveyne olan sarsılmaz bağlılığın, göbek bağını koparamamanın cinsel belirtisidir. Böyle bir durumda oluşan cinsel tatminin anneden süt emerken alınan oral tatminden farkı yoktur. Ensestle ilgili Orestes'in değindiği diğer bir özellik ise 'başkaları tarafından beğenilme' ihtiyacı yani 'övgüyü başkasında aramak'tır.

Şiirin o büyülü diliyle Jeffers, Orestes'e bu insanların dininin bile enseste dayandığını söyletir. 'Tanrı' diye isimlendirdikleri, gökyüzünde gezinip eğlenen adamlara bakarak kendi yansımalarını görmektedirler. Onların tanrıları yüksek bir boyutta bütünleşmenin ve aydınlanmanın göstergesi değil, bilakis bebeksi bağımlılıklarına geri dönme isteğinin bireyselleşmiş biçimidir. Dini ve psikolojik boyuttan bakınca, bu inanışlar İsa'nın öğretilerinin tam tersidir: "Ben barış değil kılıç getirmeye geldim. Erkeği babasıyla, kızı annesiyle, gelini kayınvalidesiyle karşı karşıya getirmek için buradayım. Bilin ki bir adamın düşmanları kendi hane halkındandır." İsa'nın nefret ve kin tohumları atma amacı gütmediği ortada. Onun demek istediği, insanın ruhsal gelişiminin ensestten uzak bir yerlerde, yabancıları ve komşuları sevmekle mümkün olabileceğidir. Eğer onlara olan bağımlılığından kurtulamazsa, gerçekten de bir adamın en korkulacak düşmanı kendi ailesi olur.

Ensest her toplumda yasaklanmış bir tabudur. Ensesti önlemenin mantıklı psikolojik sebeplerinin yanı sıra 'yeni genler', 'yeni soy' gibi biyolojik dayanakları da vardır. Hepsini toparlayacak olursak, yeniliği ve gelişimi teşvik etmek için ensestten uzak durulması tüm kültürlerde aşılanır. Ensest bebeğe fiziksel bir zarar vermez: yalnızca çocukta aynı genetik bilginin ikiye katlanmasına yol açar ve doğacak çocuğun farklı özellikler taşıması olasılığını ortadan kaldırır. Gelişme ve bütünleşmenin yolu daha üst seviyede birey olmaktan geçer, bir diğerinin karbon kopyası olmaktan değil. O halde bu bölümün başında dediklerimize şu cümleyi de ekleyebiliriz: İnsanın hayat yolculuğu olan farklılaşma sürecinde en gerekli unsurlardan biri ensestten uzaklaşıp, iç kapasiteyi dış dünyadakileri sevmeye yöneltmektir.

BAĞIMSIZLIĞIMIZ İÇİN MÜCADELE

Orestes'in hikayesinden çıkarılacak ders, hemen ertesi gün bireyin bir silah kapıp annesini öldürmesi değildir elbet. Öldürülmesi gereken bir şey varsa, o da çocuğu ebeveynlere bağlayan, dış dünyayı sevmesini engelleyen, özgür yaratıcılığını köstekleyen bebeklik döneminden kalma bağlardır.

Çocukluktan kalma bağları koparmak öyle aniden, anne babaya karşı bir anda patlamakla olacak iş değildir. Orestes'i anlatan oyun, tüm tiyatro eserleri gibi, 'var olma mücadelesini' birkaç haftaya indirgeyerek vermiştir. Aslında bu süreç uzun ve zorlu bir büyüme uğraşıdır. 'Büyüme' derken otomatik bir işlemden söz etmiyorum. Büyümek yeni arayışlar peşinde koşmayı, bilinçli kararlar vermeyi, mücadeleye hazır ve istekli olmayı ve daha pek çok şeyi içinde barındırır. Psikoterapi gören biri o ana dek farkına bile varmadığı düşünce kalıplarını keşfetmek, bu bilinçsizliğin onu sevmekten, evlenmekten, çalışmaktan alıkoyan etken olduğunu anlamak için aylar harcayabilir. Sonra da düşündüklerinin ve hissettiklerinin farkında olmanın ne denli endişe verici ve ürkütücü olabileceğini görecektir. Ruhundaki zincirleri kırma sürecine girenlerin Orestes'in bunalımlarıyla karşılaştırılabilecek büyük buhranlar, depresyonlar, ruhsal çatışmalar atlatmasında garipsenecek bir şey yoktur. Yaşanacak ikilemin kökünde güvenli, tanıdık bir ortamdan, yepyeni bağımsızlığa; destekten geçici bir yalnızlığa geçmek, bu arada bir de endişe ve güçsüzlük duymak vardır. Büyüme çağının erken dönemlerinde bağlar koparılmadığı zaman, nörotik çalkantılar başlayınca ikilemler baş edilemeyecek duruma gelir, sonuçtaki kopma da travmatik ve kökten olur. Orestes ile annesi arasındaki gerilim yıllarca biriken nefret, ensest ilişkiler ve

iletişimdeki kopukluk yüzünden bir anda alev almıştır.

Bireyi ebeveynin dizinin dibinden ayırmayan bağ nedir? Aeschylus, tipik antik Yunan edebiyatı yaklaşımıyla, problemin kaynağını objektif olarak seyirciye verir: Miken'deki kraliyet ailesi nesillerdir korkunç günahlar işlemişler, sayısız kötülüklerde bulunmuşlardır. Yani Orestes'in annesini öldürmekten başka çaresi kalmamıştır. Shakespeare, modern anlayışla yola çıkarak, Hamlet'in benzer var olma mücadelesini sübjektif, içte yaşanan bir ikilem, suçluluk ve kararsızlığın ifadesi olarak anlatmıştır. Doğru olan Aeschylus'un da Shakespeare'in de haklı olduğudur: ikilemler hem içe hem de dışa doğrudur. Kişinin en erken tanıştığı otoriter sarsıntı dış kaynaklıdır: sömürücü anne babanın yetiştirdiği veya Yahudilerden nefret edilen toplumda büyüyen bir Musevi çocuk dış etkilerin kurbanıdır. Şartlar ne olursa olsun, içinde yaşadığı ortamla yüzleşip, koşullara uyum sağlamak zorundadır. Fakat zamanla bireyin gelişiminde otoriterlik sorunu içe döner: büyüyen birey kuralları alıp kendi içine yerleştirir ve tüm hayatı boyunca bu orijinal sorunlarla savaşıyormuş gibi davranır. Şimdi söz konusu olan bir "iç" ikilemdir. Neyse ki sevindirici bir haberimiz de var: birey baskı yaratan güçleri kendi içinde hapsettiği için bunları yenecek iradeye de sahiptir artık.

O halde, kendini yeniden keşfetme yolculuğuna çıkmış yetişkinler için mücadele bir iç savaşım olacaktır. Birey olma mücadelesi bireyin içinde meydana gelir. Çevredeki dış güçlere, sömürmeye hazır bekleyen insanlara karşı koymak nispeten daha kolay ve kaçınılmazdır ama esas mühim psikolojik savaş, kendi bağımlılığımız, endişelerimiz, suçluluk duygularımız ve korkularımıza karşı özgürlük yolunda vereceğimiz mücadeledir. İçteki ana çarpışma benliğin büyümek, gelişmek, sağlıklı olmak isteyen kısmıyla psikolojik göbek bağına tutunmaktan vazgeçmeyen, bağımsızlık pahasına ebeveynden koruma ve övgü bekleyen kısmı arasındadır.

BENLİK BİLİNCİNE ULAŞMADAKİ AŞAMALAR

Birey olmanın benlik bilinci içerisinde pek çok aşamadan sonra gerçekleştiğini hep beraber gördük. İlk aşama çocuğun varlığının farkına varmadan önceki "masumiyeti"dir. İkinci aşama "başkaldırma"dır. Çocuk kendi ayakları üzerinde durmasını sağlayacak iç gücü bulabilmek amacıyla özgür bırakılmayı ister. Bu aşama en çok iki-üç yaşındaki çocuklarla ergenlik çağındaki gençlerde hakimdir ve belirtileri sürekli itiraz ve düşmanca tavırlardır. Kişinin eski bağları koparıp yenilerini kurmak istemesinde başkaldırış gerekli bir geçiş metodudur. Ancak asilik ile özgürlüğü birbiriyle karıştırmamalıdır.

Üçüncü safhaya bireyin "sıradan benlik bilinci" diyebiliriz. Bu dönemde birey belli bir dereceye kadar hatalarını görebilir, ön yargıları için birkaç açık kapı bırakabilir, suçluluk duygularından ve endişelerinden bir şeyler öğrenebilir ve sorumluluk isteyen kararlar verebilir. Sağlıklı bir kişilikten kastedilen de bu aşamadır.

Bir de benlik bilincinin nadiren yaşanan bir deneyim olması nedeniyle sıra dışı diyebileceğimiz dördüncü bir safhası daha vardır. Örneğin, bir problem karşısında aniden bir çözüm yolu bulan, diğerleri gibi günlerce uykusuz kalmadan yapılması gerekeni bir anda keşfedenler dördüncü safhadadırlar. Bazen bu çözüm yolları rüyada keşfedilir ya da başka bir şey üzerinde kafa yorarken aniden bireyin aklına gelir. Bu tür olaylarda biliyoruz ki cevabın kaynağı bireyin bilinçaltıdır. Bilinçaltından hareket alan benlik bilinci bilimsel, sanatsal veya felsefi faaliyetlerde ortaya çıkabilirler. Bazen "aydınlanma" ya da "ilham" adını alırlar. Yaratıcılık gerektiren işlerle uğraşanlar bana hak vereceklerdir: benlik bilincinin bu aşaması bütün yaratıcı faaliyetlerde egemendir.

Bu aşamaya ne diyeceğiz? Doğu felsefesi buna gerçeğe yaklaştırıcı özelliğinden ötürü "Gerçek bilinç" derdi. Ya da Nietzsche'nin yaklaşımıyla "kendini aşma bilinci" mi desek? Belki de geleneksek din öğretilerindeki gibi "kendinden geçme bilinci" demeliyiz? Tüm bu terimler dördüncü safhanın niteliğini açıkladığı kadar saptırıyorlar da. Ben öncekiler kadar dramatik olmayan ama günümüz şartlarını karşıladığına inandığım bir isim öneriyorum: "yaratıcı benlik bilinci".

Bu derece derin bir farkındalığın psikolojideki klasik karşılığı "kendinden geçme"dir. Kendinden geçmeyi "bireyin kendi bedeninin dışında olması" veya normal bakış açımızı aşan bir noktadan deneyimler yaşamak veya olayları görmek şeklinde tanımlayabiliriz. Normal zamanda dışarıda objektif dünyada var olan şeyler bizim iç dünyamızın sübjektif karakteri nedeniyle bozulmaya ve değişikliğe uğrar. Biz her şeye bireysel bakış açımızla bakar, iç dünyamızın algılamak istediği biçimde dış dünyayı yorumlarız. Bizi sürekli yanılsama içinde bırakan objektiflik ve sübjektiflik arasındaki bu ikiliktir. Benlik bilincimizdeki dördüncü aşama objektiflik ve sübjektiflik arasındaki ayrımı yok eder. Kısa bir süre için de olsa bilincimizin ötesine gitmemiz olasıdır. Üstün bir sezgi ve kavrayışla gerçekliğin niteliğine vakıf olabilir, kavramlar içinde yeni etik boyutlar bulabiliriz. Buna verilebilecek en güzel örneklerden biri bencillikten uzak sevgi deneyimini yaşamaktır.

Orestes'in işlediği cinayet sonrası ormanda dolaşırken düşüncelerinde vardığı nokta işte budur.

... ona henüz bir isim bulamadılar,
saatlerin, asırların, her şeyin ötesine gitmeye,
zaman içerisindeki her şey olmaya...
... içimde bulduğum o mükemmelliği nasıl anlatabilirim
rengi olmayan ama billur gibi parlayan;
Bal değil ama gerçek mutluluk ... arzu değil ama
tatmin olma, tutku değil ama huzur...

Jeffers'ın şiirsel dilini anlaşılmaz bulanlar için hemen belirtelim ki Orestes'in dilinden dökülenler rahatlıkla psikolojik kavramlarla açıklanabilir. Orestes Miken'de yaşayanların başaramadığı bir şeyi başarmış, kendini başkasının gözleriyle görmekten kurtulmuştur. Tamamen içlerine kapanmış, ön yargıları içinde boğulan ve tüm kibirleriyle 'gerçek' adını verdikleri düşüncelerin kapanındaki Miken'lileri geride bırakmıştır. Bir anlamda 'dışa dönmek' hayal gücünü şimdi bulunduğu noktadan uzağa taşımaktır. Nietzsche ve ahlak konularını irdeleyen pek çok fikir insanının belirttiği gibi, kendi potansiyelini dolduran birey kendinden geçme deneyimini yaşar. Kendinden geçme, farkındalığın genişlemesi, büyümek, sağlıklı bir birey olmaktır. Simone de Beauvoir ahlak üzerine yazdığı kitabında şunları der: "Yaşam kendi varlığını devam ettirme ve kendini aşma uğraşısıdır. Eğer sadece varlığı korumak söz konusuysa yaşamanın ölümden farkı kalmadığı gibi insan ile bitkiyi ayırmak da imkansızlaşır."

Yaratıcı benlik bilinci çoğumuzun -azizler, dahiler, üstün yetenekli sanatçılar dışında- nadiren ve kısa süreli yaşadığı bir ruh halidir. Ne var ki davranışlarımıza anlam kazandıran benlik bilincinin bu safhasıdır. Birçok insan bu ruh halini bazı özel anlarda yaşamıştır. Müzik dinlerken, yeni bir aşk yaşarken ya da zevk aldığımız bir işle meşgul olurken günlük rutinimizin dışında, duvarlarla çevrili hayal dünyamızın ötesinde bir yerlere ulaştığımız çok olur. Ben yaratıcı benlik bilincini bir dağın tepesinde durmaya benzetirim. Zirveden hayatın tüm boyutlarını geniş ve sınırsız bir açıdan izlemek mümkündür. Zirve bize gereken yön bilgisini verir ve biz kafamızda bu yön bilgisine dayanarak haftalarca davranışlarımızı şekillendiririz. Zirvenin verdiği ilham, diğer tüm monotonlukları yeri geldiğinde unutturabilir bile. Bir an için ön yargılarımızın gölgeleyemediği gerçekleri görmek, kendimiz için hiçbir şey beklemeksizin sevmek, büyülü bir ilhamın ışığında kendimizden geçercesine yaptığımız işe yoğunlaşmak ... Böylesine kısa bir zaman diliminde yaşadıklarımız, sonraki faaliyetlerimizin anlamlı ve bilinçli olmasını sağlayacaktır.

İncil'de inandığı değerler uğruna canını verenlerden söz edilir. Bilincimizin dördüncü aşaması, İncil'de anlatılan bu hikayelerin altında yatan anlamdır. Dördüncü aşamada kendimizi kaybetmek doğaldır ancak bence kendini kaybetmek deyimi tam olarak demek istenileni vermiyor. Kendimizi kaybetmek dediğimiz, bilincin (farkındalığın) üst bir seviyesidir.

Üst boyuttaki bilince, dördüncü boyuta ulaşmak salt istemekle olacak bir şey değildir. Demin de dediğim gibi, genelde algılayışımızın yoğunlaştığı ve derin bir rahatlama içine girdiğimizde dördüncü aşamaya ulaşabilmemiz daha kolay olacaktır. Örneğin, rüyalarımıza hükmedemeyiz fakat belli egzersizlerle rüyalarımıza olan duyarlılığımızı arttırabiliriz.

Nietzsche Goethe'den bahsederken yaratıcı benlik bilincine ulaşmış insanın da tarifini yapmıştı: "O, kendi içinde bütünü oluşturdu. O, kendini yarattı ... Zincirlerini kırmış böyle bir ruh kozmosun içinde huzurlu ve güvenli bir "kaderciliğe" bırakır kendini. Her şeyin özgür olduğuna ve bilindiğine inanır - reddetme sevdasına düşmez."

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BENLİĞİMİZLE BÜTÜNLEŞMEK

5

BAĞIMSIZLIK VE ÖZ İRADE

Özgürlüğü tamamıyla elinden alınan bir adama ne olur? Bu sorunun cevabını hayal ürünü kısa bir hikayeyle bulacağız. Hikayemizin adı da şu olsun:

Kafese Hapsedilen Adam

Uzak ülkelerden birinde vaktiyle bir kral yaşarmış. Bu kral, bir akşam diplomatik bir davete katılmış. Davet sıkıcı ve yorucuymuş, bu yüzden sarayına döner dönmez pencerenin yanında en sevdiği koltuğuna kurulup sarayın öbür kanadındaki misafir odasından gelen müziği dinlemeye koyulmuş. Pencereden öylesine dışarıyı izlerken gözüne sıradan görünüşlü bir adam çarpmış. Adam evine dönmek üzere sarayın önünden geçen ve beş senedir aynı yolu haftanın beş günü yürüyen kendi halinde biriymiş. Kral bu adamın hayatını hayal etmeye başlamış birden. Evine varışını, karısını kucaklamasını, geç bir saatte yemeğe oturuşunu, çocuklarla sohbet etmesini, yatağına yatmasını, belki karısıyla aşk dolu dakikalar geçirmesini, uyumasını ve ertesi gün tekrar işe gitmek için erkenden kalkışını, bunların hepsini zihninde canlandırmış.

Sonra kralı bir meraktır almış, hatta o kadar meraklanmış ki bütün yorgunluğunu unutmuş. Kendi kendine mırıldanmış: "Acaba bu adamı da hayvanat bahçesindeki hayvanlar gibi bir kafese kapatsam ne olurdu?"

Ertesi gün kral saraya bir psikolog çağırtmış. Ona fikrini anlatıp, deneyini gözlemlemek için bir süre sarayda kalmasını rica etmiş. Derken saraya hayvanat bahçesinden kocaman bir kafes getirilmiş. Kafes gelince, kralın adamları derhal gidip bizim sıradan adamımızı evinden almışlar, kafesin içine koymuşlar.

Başlangıçta adam neredeyse delirecek gibi olmuş. "Tramvayı yakalamak zorundayım. İşe gitmeliyim, bakın saat kaç oldu, geç kaldım!" diye bağırmış durmuş. Fakat bir süre sonra adam neler olup bittiğini fark eder gibi olunca sinirlenmiş ve olanca gücüyle itiraz etmeye başlamış: "Kral bana bunu nasıl yapar? Yasalara aykırı bu, bu haksızlık!" Son derece tok ve gür bir sesle haykırıyormuş adam; gözleri öfke doluymuş.

Haftanın diğer günleri boyunca adam protestolarına devam etmiş. Kral kafesin yakınlarından geçerken direk krala bağırıyormuş hem de. Her seferinde kral adama aynı karşılığı vermiş: " Bak, burada sana ne güzel bakıyoruz. Güzel bir yatağın, yemek için nefis yiyeceklerin var. İşe gitmek zorunda da değilsin. Öyleyse neden hala bağırıp duruyorsun?" Aradan birkaç gün daha geçmiş. Adamın bağırışları önce azalmış, sonra hepten kesilmiş. Kafeste çıt çıkarmadan oturmaya başlamış. Hiç kimseyle konuşmuyormuş ama gözlerinde ateş gibi parlayan nefret, her şeyi başından beri izleyen psikologun dikkatinden kaçmamış.

Haftalar birbirini kovalamış. Kral yine her sabah kafesin önünden geçip adama iyi bakılacağı garantisini tekrarlıyorsa da, adam kralın sözlerine artık daha geç tepki verir olmuş. Sanki krala olan nefretini bir anlık unutuyor ve kralın dediklerinin doğru olup olamayacağını kendine soruyor gibiymiş.

Birkaç hafta daha geçtikten sonra, adam psikoloğa kralın yaptığının gerçekten mantıklı olduğunu anlatmaya başlamış. Sürekli olarak kaderinin bu olduğunu ve kaderini kabul etmenin en akla uygun davranış olduğuna emin olduğunu söylemiş psikoloğa. Bir gün bir grup profesör ve doktora öğrencisi adamı görmeye gelmişler. Adam yine onlara da kendisinden hiçbir şey beklenmeksizin yedirilip içirilmesini ve bakılmasını mükemmel bulduğunu söylemiş. Psikolog adamın tavrını bayağı garipsemiş. "Neden onlara da kafeste yaşamanın mükemmel olduğunu anlatmaya çalışıyor ki ?" diye düşünmüş.

Takip eden günlerde, kral kafese yaklaştığında artık adam parmaklıkların arasından ona uzanıyor ve teşekkürlerini sunuyormuş. Kralın avluya inmediği zamanlarda ise adam psikoloğu hiç fark etmiyor, somurtuyor ve iyice huysuzlaşıyormuş. Kafesin bekçisi ona yemek getirdiğinde tepsiyi elinde tam tutamıyor, yemekleri sağa sola döküyormuş. Her seferinde sakarlığı için özür diler olmuş. Kendisine bakılmasından dolayı ne kadar mutlu olduğunu ifade eden felsefi teorilerini bir kenara bırakan adamın ağzından sadece "Kader bu." sözcükleri dökülüyormuş. Defalarca bu kelimeleri tekrarladıktan sonra giderek yalnızca "Bu" demeye gücü yetmeye başlamış.

Son aşamanın ne zaman başladığını kimse pek kestirememiş. Adamın gülüşünün anlamını yitirdiğini, yüz ifadesinin boş bir hal aldığını da fark eden yine psikolog olmuş. Adam sadece yemeğini yiyip ara sıra psikoloğa bir iki laf söylüyormuş. Gözleri hep uzaklara dalıyor, psikoloğa baktığı halde bir şey gördüğüne inanmak çok zormuş.

Artık konuştuğunda adam "ben" sözcüğünü hiç kullanmıyormuş. Kafesi kabullendiğinden ne kızgınlığı, ne nefreti ne de teşekkürleri kalmış. En sonunda adam delirmiş.

O gece psikolog bir rapor yazmak üzere odasına kapanmış. Ne var ki bir türlü yazacak bir şey bulamıyormuş; kendini o kadar boş hissediyormuş ki! Saatlerce kendi kendini telkin etmiş: "Hiçbir şey yok olmaz; sadece biçim değiştirip enerjiye dönüşür." Yine de hep bir şeylerin yok olduğunu hissediyormuş. Bu deneyin sonucunda kainattan bir şeylerin eksildiğini anlamış psikolog. Eksilen şey neyse onun yerini kuru bir boşluğun aldığını da.

KISITLANAN ÖZGÜRLÜĞÜN BEDELİ: ÖFKE ve NEFRET

Kafese konulan adamla ilgili yukarıdaki hikayeden çıkarılacak ilk sonuç özgürlüğünün kısıtlanmasıyla adamda oluşan derin nefrettir. Özgürlüğünden bir biçimde vazgeçmeye zorlanmış bir insanın besleyeceği nefret duygularının boyutunu anlayabilirsek, özgürlüğün de bireyin varlığı için arz ettiği değeri kestirebiliriz. Daha çocukken özgürlüğünü yitiren ve yaşı küçük olduğu için bir şey yapamayan, hayatta kalmak için hep haklarından fedakarlık etmek zorunda kalan insan, görünürde durumu kabullenmiş ve teslim olmuş gibidir. Ama geride kalan boşluğu çok farklı bir şeyin, yani öfke ve nefretin, doldurduğunu keşfetmek için fazla derine inmemiz gerekmeyecektir. Hiç şüphesiz bu nefret, bireyin var olma hakkının ne derece çiğnendiğiyle orantılı olacaktır. Nefret daima bastırılan bir duygu olmuştur. Ne de olsa bir köle, sahibine olan nefretini açık açık ifade edemeyeceğini bilir. Ancak örneğin çocuklarda, ileri boyutta fiziksel rahatsızlıklar, okulda başarısızlık, yatağı ıslatma vb. belirtiler bastırılmış nefrete işaret edebilir. İnsan için ruhunda bir yerlerde dengeyi oturtacak bir şeyler bulmadan özgürlükten vazgeçmek söz konusu olamaz. Bu demek oluyor ki, dış özgürlük ortadan kalkarsa iç özgürlük duruma müdahale eder; iç özgürlüğün müdahalesi de nefret ve öfkedir.

Nefret etme ve öfke duyma birey açısından ruhsal intiharı önlemenin tek yoludur. Kişinin onurunu kaybetmemesine, kimliğinden utanç duymamasına ve özgürlüğünü ele geçirenlere karşı "Beni ele geçirdiniz ama bu sizden nefret etmeme engel olamıyor." diyebilmesine olanak tanır. Kronik nevrozun eşiğine gelmiş çoğu hastanın içinde yoğun bir nefret barınır ve bu nefret gururu ve benliği koruyan son kale haline gelmiştir. Faulkner'ın romanı "Davetsiz Misafir"deki kişiyi hatırlayın. Bu kişi bir köleydi ve neredeyse tüm insanlık haklarını yitirmiş olsa da sahiplerinden iğrenmek suretiyle öz kimliğini muhafaza edebilmişti.

Terapi görmekte olan hastalardan içlerinde belli bir öfke veya kin oluşmamış olanların hastalığı genelde iyiye doğru seyretmez. Çocuğun bireysel bağımsızlığını kazanmak için zamanı geldiğinde anne babasına karşı koyması gerektiğini anlatmıştık. Şimdi açıklamakta olduğumuz durum da buna çok benzer. Zarar görmüş birey bir şekilde üzerinde baskı kuranlardan nefret edebiliyorsa, iç potansiyelinden pek de fazla bir şey kaybetmemiş demektir.

İnsanlar özgürlüklerini başkalarının ellerine teslim etmeye razı olurlarsa ortaya çıkan senaryo totaliter rejimleri doğurur. Bu rejimler o kadar zekice planlanır ki halkın nefret etmesi için her zaman bir yerlerden bir nesne bulup çıkarılır. Hitler'in Almanyasının Yahudileri ve 'düşman ulusları' günah keçisi ilan etmesi gibi. "1984" romanında çok net gösterildiği gibi, şayet bir hükümet halkın özgürlüğünü çekip alıyorsa, halkın kendisinden nefret etmesini engellemek amacıyla nefreti ve öfkeyi dışarıya akıtmak zorundadır. Aksi takdirde toplu psikoz vakaları kaçınılmaz olur. Psikolojik açıdan ölmüş insanların bu tip hükümetlere hiç yarar sağlamayacağı açıktır. McCarthy doktrininin en can alıcı noktalarından biri de budur: doktrin temellerini bizi Kore'de savaşmak zorunda bırakan güçten yani Rus komünizminden nefret etmek üzerine kurmuştur ama daha sonra halk kendi vatandaşından nefret eder olmuştur.

Nefretle dolu olmak, devamlı birilerine öfke duymak hiç de övünülecek bir şey olmadığı gibi bir insanın sağlıklı olup olmadığını anlamak için de insanlardan ne kadar nefret ettiğine bakmayız. Dahası, gelişmenin temelinde nefret vardır hiç diyemeyiz. Nefret ve öfke yok etmeye programlanmış duygulardır ve olgunlaşmanın en büyük işareti yıkıcı duyguları yapıcı olanlarla değiştirebilmektir. Fakat yine de insanın özgürlüğünü kaybetmektense kendini yok etmeyi tercih etmesi bize özgürlüğün ne denli kıymetli bir şey olduğunu kanıtlamalıdır.

Yirminci yüzyıl insanının içler acısı, depresif, kendini savunmaktan aciz haline en güzel Kafka'nın eserlerinde rastlarız. "Dava"nın baş kahramanı K., tutuklanır ama neyle suçlandığından haberi yoktur. Yargıç-mahkeme-avukat üçgeninde koşturup durur; birilerinden ona suçunun ne olduğunu söylemesini rica eder ama bir kez bile " Artık geri çekilmeyeceğim, beni öldürseler de umurumda değil." demeyi başaramaz. Kilisedeki papaz ona "Hiçbir şey anlamıyor musun?" diye bağırdığında "İçinde ufacık bir parıltı bile kalmadı mı? Sen hiç ayağa kalkıp kendini savunamaz mısın?" demeye çalışmaktadır. Romanın sonunda iki cellat gelip K.'nin eline kendini öldürmesi için bir bıçak tutuştururlar. K.'nin içinde kalan son gurur zerresini de yitirdiğinin en acı kanıtı ise kendini öldürememesidir.

Bundan kırk yıl önce insanların cinsel hislerini ifşa etmeleri ayıplanırdı; günümüzde ise nefret ve kızgınlıklarını açığa vurmaları kabul edilemez görülüyor. Bu tür olumsuz duygular ne de olsa sakin, halim selim, kontrollü, uyumlu ideal burjuva tiplemesine hiç uymuyor.

Sonuç olarak nefret ve öfke hep gizli kalıyor, bastırılıyor. Artık psikolojide kesin olarak bilinen bir şey varsa o da bastırılan bir duygunun, karşıt bir davranışla telafi edildiğidir. Hiç hoşlanmadığınız bir insana karşı aşırı nazik davrandığınızı zaman zaman siz de fark edersiniz. Eğer endişeden uzak biriyseniz, bunu kendinize itiraf edebilir hatta Aziz Paul'un vecizesini sık sık tekrarlayabilirsiniz: "Düşmanıma iyi davranıyorsam, başının üzerinde ateş topları biriktirmek içindir." Ama biraz daha güvensizseniz, kendinizi bu insanı sevdiğinize şartlandırmaya çabalarsınız. Baskıcı anne ya da babasından nefret eden çocuklar nefretlerini gizleyebilmek için ebeveynlerine anormal sevgi gösterilerinde bulunurlar. Ringde yumruklaşırken birbirlerine kenetli kalan boksörler misali, düşmânlarına sarılırlar. Gerçek hayatta, nefret ve öfke bu biçimde açığa çıkmaz; nefret ya başka insanlara kaydırılır ya da birey kendinden nefret etmeye başlar.

Bu nedenle nefret duygularımızla açıkça yüzleşmek son derece önemlidir. Öfkemizle yüzleşmek daha da önemlidir çünkü genelde öfkelenmek daha sık başımıza gelen ve resmi ilişkilerde kolaylıkla yaşanılabilecek bir durumdur. Eğer bir an dönüp kendimize bakacak olursak içimizde birikmiş koca bir öfkeyle karşılaşabiliriz. Belki de öfkenin kronik, yıkıcı ve sık aralıklarla kendisini belli etmesinin nedeni nefretimizi sürekli bastırıyor ve erişemeyeceğimiz bir yerlere itiyor olmamızdır.

Kişinin ısrarla yüzleşmekten kaçındığı nefret ve öfkenin en ciddi zararlarından birisi de bireyin kendine acımasına zemin hazırlamasıdır. Kendine acıma nefretin "muhafaza edilip korunmuş" biçimidir. Kişi nefretini içinde besleyip büyütebilir; kendine acıyarak psikolojik dengesini yerine oturtmayı arzulayabilir; çok dertler çektiğini düşünüp kendini rahatlatmak ve teselli etmek isteyebilir.

Modern çağa has öfkeyi çok acı ve ciddi bir sorun olarak gören kişi Friedrich Nietzsche olmuştur. Nietzsche bireyin psikolojik sorunlarının köküne inmekle işe başlamış ve bu konuda hassas diğer insanlar gibi özgürlüğe köstek olan her şeye bayrak açmıştır. Ne yazık ki, Nietzsche'nin karşı çıkmaktan öteye gidemediği görülüyor. Nietzsche, Protestan bir rahibin oğlu olarak doğduğu ve babasının ani ölümü üzerine tutucu akrabalarının yanında yetiştiği Almanya'nın kültürüyle yoğrulmuş biriydi. Onun için aldığı kültürle olgunlaşmış ama bu kültürü hep sorgulamış biri demek rahatlıkla mümkündür. Ruhunun derinliklerinde yobaz denecek kadar dindar biri olmasına karşın, Alman toplumunda öfkenin ve nefretin tutucu ahlaki kurallarda saklı olduğunu söyleyecek kadar da açık görüşlü olabilmiştir. Orta sınıfın bastırılmış bir kızgınlığın kurbanı olduğunu savunmakla kalmamış, bu kızgınlığın ahlak kurallarıyla dışa vurulduğunu korkmadan ifade etmiştir. İlk tezlerinden biri şu satırlarda yer alır:

"... Ahlaksal değerlerimizin özü bizi asla terk etmeyen öfkemizdir. Hıristiyanlığın sevgi anlayışı, uyumayan bir nefretin oyunlarla gizlenmesidir." 'Ahlak' denen kavramı iyice öğrenmek için neden herhangi bir küçük kasabada dönen

dedikodulara kulak vermiyorsunuz?

Nietzsche'nin görüşlerini tek taraflı bulanlar bile öfkeyle yüzleşilmediği müddetçe gerçek sevgiye, ahlaka, özgürlüğe ulaşılamayacağını kabul edeceklerdir. Nefret ve öfke asıl özgürlüğümüzü yeniden ilan etmemize yarayacak temeller olmalıdırlar: yıkıcı duyguları yapıcı hale sokmanın başka çaresi yok yazık ki. İlk adım neden veya kimden nefret ettiğimizi arayıp bulmaktır. Diktatörlük altında yaşayanları ele alalım: bu insanlar özgürlüklerini geri kazanmak istiyorlarsa yapacakları ilk iş içlerindeki nefreti ait olduğu yere yani totaliter güçlere kaydırmak olmalıdır. Öfke ve nefret kısa bir süre iç bağımsızlığımızı muhafaza etmekte yardımcı olurlar ama bu duygular özgürlüğü ve kişilik onurunu yeniden oluşturmak için kullanılmazsa en sonunda bireyi mahveder. Unutmayalım, şairin dediği gibi amacımız "yeniyi kazanmak için nefret etmek"tir.

ÖZGÜRLÜK NE DEĞİLDİR?

Eğer özgürlüğün ne olmadığını netleştirebilirsek, ne olduğunu daha rahat görebiliriz. Özgürlük isyan etmek değildir. Başkaldırı, özgürlüğe uzanan yolda bir aralıktır sadece: çocuk 'hayır!' diyebilmek için bağımsızlık gücünü geliştirmeye başladığında isyan azıcık hissettirir varlığını. Ergenlik çağında isyan etme belki hiç olmadığı kadar hissedilir vaziyettedir çünkü genç dış dünyaya en ciddi adımı atmanın eşiğindedir. Anne babası "Yapma!" dediğinde o bağırıp çağırmak zorunda hisseder kendini çünkü "Yapma!" denilen şey içindeki kıpırtının yapmak için çıldırdığı , ebeveynlerin korumacılığını reddeden bir şeydir.

Ancak isyan etmekle özgürlük hep karıştırılır. Başkaldırılar sığınılacak limanın kendisi değildir. Bu demek oluyor ki, isyankar olmakla bağımsız olunmaz. İsyan etmek, dışarıda bir takım güçlerin - kurallar, yasalar, beklentiler gibi- mevcut olduğunu, özgürlüğün ve iradenin bu güçlerle belirlendiğini varsaymaktır. Özgürlük ve irade "ödünç verilir" ve her an bankadaki para gibi geri çekilebilir. Psikolojik açıdan insanlar isyan etmenin bu noktasında dururlar. İradeleri yalnızca reddettikleri ahlak kurallarıyla beslenir ve inançsızlıklarını, ateistliklerini dile getirerek özgürlüklerini kanıtlama yoluna giderler.

1920'lerde görülen psikolojik canlılığın çoğu başkaldırı ruhundan etkilenmiştir. Bunu F.Scott Fitzgerald'ın, D.H.Lawrence'ın ve belli ölçüde Sinclair Lewis'in romanlarında görmek olasıdır. Şimdi Fitzgerald'ın "Cennetin Bu Yanı" romanını okurken, o günlerin gençliğinin bu romanla zincirlerini kırdığını gözlemlemek çok ilginç geliyor. O zamanlarda bir kızı öpmenin ne denli ayıp sayıldığını düşünüyorum da, artık buna minik bir kabahat gözüyle bile bakmıyorlar. D.H.Lawrence da "Lady Chatterley'in Sevgilisi" adlı romanıyla olay yaratmıştı. Kocası yatalak bir felçli olan Lady Chatterley, topraklarında işçi olarak çalışan bir adamla ilişkiye girme hakkını kendinde bulmuştu. Bu roman bugün yazılacak olsa, herhalde yazar bir aşk ilişkisini anlatmak için adamın felçli olmasına gerek duymazdı.

Mesele "özgür aşk", "özgür dışavurum" gibi kavramların ciddiye alınmaması değildi. Ancak bu kavramlar ayıp, karşı çıkılacak konular olarak ele alınıyorlardı. Aşkın serbestliği yasaktı, tabii çocukları liberal bir anlayışla yetiştirmek de. Ebeveynlerin nelerden kaçınması gerektiği üzerinde duruluyordu yapılacak en kötü şey çocuğun istediğini yapmasına izin vermekti. Kimse sıkı kuralların çocukları endişeye ve

huzursuzluğa sürüklediğinin farkında bile değildi. Anne babanın çocuğun isteklerine saygı duymasının, çocuğun davranışlarında ebeveynlerin sorumluluğu kabul etmelerinin çocuğun gelişimindeki olumlu etkisi yadsınan bir gerçekti.

Üniversiteyi 1920'li yıllarda okuyanlar isyan ettiğimiz şeylerin farkında olmakla kendimizi ne denli güçlü hissettiğimizi, savaşa, cinsel tabulara, içki yasaklarına, kısıtlamalara karşı çıkarken nasıl yeni fikirlerden hız aldığımızı hatırlayacaklardır. Şimdi ise bu olgulara isyan bayrağını açanlar olacak olsa, taraftar toplamakta bayağı zorlanırlar, tahmin ediyorum. Zamanının en büyük ikonaklastlarından (Azizlerin resimlerini ve heykellerini kıran, özellikle sekizinci ve dokuzuncu yüzyılda Doğu kiliselerinden azizlerin resimlerinin kaldırılmasını isteyen bir grup. Ç.N.) biri olan H.L. Mencken o yıllarda henüz bir rahipti ve kampüste istisnasız herkes onun eserlerini okurdu. Acaba onu okuyan kaç kişi kaldı şimdi? Doğrusunu isterseniz, günümüz şartlarında bu tip asilikler oldukça sıkıcı bulunmakta. Özgürlüğü ödünç veren sistem çöktü ve hemen her şey değerini kaybetti. Taa on dokuzuncu yüzyılda başlayan yıkma süreci misyonunu yirminci asrın ortalarında tamamladı; bize de boşluk ve ne yapacağını bilmezlik meyvesini yemek düştü. F.Scott Fitzgerald'ın kitaplarına konu ettiği "bütün o hüzün dolu genç adamlar", bir kızı öptüklerinde büyük doyuma ulaştılar: fakat artık bir kızı öpmek rutine kaçtığından ve kimse için ayrı bir önem arz etmediğinden, günümüz genç adamları doyumu kendilerinde aradılar ve orada olmadığını gördüler.

Baş kaldıran birey, hızını ve motivasyonunu var olan standartlara ve kurallara saldırmaktan aldığı için olsa gerek, kendi için belli standartlar geliştirme ihtiyacını duymaz. Kendi kendini yönetmeyi öğrenmek çok daha zorlu bir iştir;

isyankar insan ise yeni fikirlere, yeni temellere ulaşmak için kazanması gereken savaşı başkaldırıyla telafi etmek niyetindedir. Kısacası, özgürlük asla sorumluluk altına girmenin alternatifi olamaz.

Başka bir hata da özgürlüğü plansızlıkla karıştırmaktır. Bazı yazarlar, ekonomideki laissez-faire (bırakınız yapsınlar) felsefesinin terk edilmesi halinde haklarımızın da arada yok olacağı görüşünü benimsiyorlar. Bu görüşü paylaşan yazarların genel savı şu yönde:

“Bağımsızlık yaşayan bir organizmaya benzer. Parçalanamaz. Bireyin üretim araçlarına sahip olma hakkı ortadan kalkarsa, kendi istediği şekilde para kazanma alternatifi de otomatikman geçerliliğini yitirir. O zaman özgürlükten söz edilemez.”

Şayet bu şahısların dediği doğruysa, durum çok içler acısı demektir, yani o zaman hangimiz özgürüz ki? Siz özgür değilsiniz; ben de değilim; dev sanayi kuruluşlarının sahipleri hariç kimse değil! “Bırakınız yapsınlar” felsefesi yüzyıl öncesi için muhteşem bir fikirdi, bunu hepimiz biliyoruz, ama zaman değişiyor. Artık neredeyse herkes, ancak bir sanayi koluna, üniversiteye, veya sendikaya bağlı olduğu takdirde geçimini sağlayabiliyor. Yirminci yüzyılın dünyası birbirini etkileyen bağlar üzerinde kurulu. Lider girişimcilerin hüküm sürdüğü on dokuzuncu yüzyılda olduğundan daha da karmaşık bir ortamı paylaşıyoruz. Bu yüzden, özgürlüğü herkesin bir üniversite ya da fabrika sahibi olmasında değil, yaptığımız işlerin toplumsal işlevinde bulmak zorundayız.

Şanslıyız ki, eğer bakış açımızı korumayı başarırsak, ekonomik bağımlılığın bizi özgürlüğümüzden etmesini engelleyebiliriz. Bir kıyıdan öbür yakaya bir mektup göndermenin başlı başına bir macera olduğu günlerde posta ekspresi hayal

edilebilecek en harika icattı. Posta sistemiyle ilgili şikayetlerimiz olsa da, artık mektubumuzun akıbeti hakkında endişelenmekten kurtulduğumuz için ne kadar teşekkür etsek azdır. Yazdığımız mektubu bir kutuya atmakla bütün işimiz bitiyor, bir daha onu düşünmüyoruz bile. Böylece yazmak istediklerimize, iletmeyi arzuladığımız mesajı tasarlamaya daha fazla zaman bulabiliyor, daha rahat konsantre olabiliyoruz. Sınır tanımayan iletişim hatlarıyla bezenmiş bir dünyada nasıl haber ulaştıracağımızın derdinde değiliz. Beynimiz ve ruhumuz etrafımızdaki insanlara olan ekonomik bağımlılığımızla yaşamayı öğrendiğimizden beri kesinlikle daha huzurlu.

“Bırakınız yapsınlar” ekolü tarihe karışırsa, insanların özgürlüklerinden mahrum kalacakları korkusunu neden yaşadıklarını hep merak etmişimdir. İçsel bağımsızlığımızı, ruhsal irademizi günlük uğraşılarımızın monotonluğuna, toplumsal kurallara teslim etmemizin nedeni özgür olduğumuzu sadece ekonomik bağımsızlığa kavuştuğumuzda hissedeceğimize olan inancımız mı? Özgürlüğün yegane anlamı kapı komşumuzla servet yarıştırmak mı? Farkında mısınız, yani her geçen sene daha üstün model bir araba, daha lüks bir ev, daha gösterişli mobilyalar alamazsanız, her sene evinizi komşununkinden daha güzel bir renge boyayamazsanız var olmanızın hiçbir anlamı kalmıyor? “Bırakınız yapsınlar” felsefesine bu kadar kafayı takmamıza, rekabeti yaşamın amacıymış gibi lanse etmemize bakılırsa özgürlüğün hakiki anlamını çoktan unutmuşuz.

Özgürlüğün bölünmez olduğuna tüm kalbimle katılıyorum: zaten bu nedenden ötürü hayatın sadece bir parçasında kendimizi bulmamız, hele de geçmişin bir sayfasında kalan ekonomik bir doktrine bağlanmak imkansıza yakındır. Özgürlük açıklıkla eşanlamlıdır. Büyümeyi, esnek ve hoşgörülü olmayı, değişimi kabul etmeyi, insanlık değerlerine öncelik vermeyi gerektirir. Özgürlüğü belirli bir sisteme bağlamak, özgürlükten uzaklaşmaktır, özgürlüğü dondurup dogmaya çevirmektir. Geleneklere saplanıp kalmak, geçmişte işe yaramış bir şeyi bir kenara koymakla her şeyi birden kaybedeceğimize inanmak, özgürlüğe dair bir işaret taşımadığı gibi özgürlük anlayışının da serpilmesini engeller.

Bu kitap sosyoloji ve ekonomiden çok psikoloji alanında aydınlatıcı olmak amacıyla yazıldı. Sosyolojiye ve ekonomiye de değinmeden geçemiyoruz zira insan psikolojisi ağırlıklı olarak içinde yaşanılan ekonomik, sosyal, kültürel çevreden etkileniyor. Bizim kafamızda ideal bir sosyal ve ekonomik sistem var: Öyle bir sistem ki her birey kendini tanıyabileceği, potansiyel yeteneklerini sonuna kadar kullanabileceği ve çevresindekilerle sağlıklı ilişkiler kurabileceği bir ortama kavuşsun. Bu tanımla dolaylı olarak iyi toplumu da bireylerine özgürlük veren toplum şeklinde açıklıyoruz. Şiddete, olumsuzluğa, savunmaya dayalı özgürlük değil; yapıcı, yeniden yaratıcı, kimlik bulmaya yardımcı özgürlük. Kollektivist düşünceler, totaliter rejimlerden farksız olarak, tüm bu güzel değerlere karşı düşüyor ve bizim de bu düşüncelerden ne pahasına olursa olsun kaçınmamız en doğrusu. Olumlu ideallere ulaşmayı hedeflersek, daha iyiye varırız. Daha iyiye vardığımız gün de saygının ve özgürlüğün egemen olduğu bir toplum bizim olacaktır.

ÖZGÜRLÜK NEDİR?

Özgürlük insanın kendi gelişimine hükmedebilmesidir. Kendini şekillendirme kapasitesidir. Özgürlük benlik bilincimizin öteki yüzüdür: eğer benliğimizin farkında olmasaydık içgüdülerimizle ya da zamanın otomatik mekanizmasıyla yaşamımızı devam ettirmek zorunda kalırdık. Geçen hafta neler yaptığımızı, bir önceki ay nasıl davrandığımızı hatırlayabiliyorsak, geçmişten geleceğe dair bir ders çıkabiliyorsak, bunu benlik bilincimize borçluyuz. Bu öylesine inanılmaz bir güç ki, gelecekte içine düşeceğimiz durumları -sevgilimizle bir akşam yemeği, bir iş başvurusu, Yönetim Kurulu toplantısı vb.- zihnimizde tasarlamamıza olanak verdiği gibi en doğru kararı vermemize de yardımcı oluyor.

Benlik bilinci bize etki-tepki zincirinin dışına çıkma, olayları bir saniyeliğine dondurma ve koşulları değiştirerek doğacak alternatifleri tartma gücünü verir.

Özgürlükle benlik bilincini yan yana koyarsak, bireyin benlik bilincinden uzak olduğu oranda bağımsızlığını yitirdiğini de anlarız. Yasaklamaların, önyargıların, çocuklukta maruz kaldığı şartlandırılmaların kontrolünde yaşayan bir kimse bütün saydıklarımı unutmuş gibidir fakat iş belirli tepkiler vermeye gelince özgür iradesini kullanamaz; üzerinde hiçbir kontrolü olmayan bu güçlerin denetimine girer. İnsanlar psikoterapiye ilk geldiklerinde bir şeylerin onları belli bir yöne doğru "sürüklediğinden" şikayet ederler: ani endişeler, korkular, çalışmayı ortada mantıklı bir neden olmaksızın engelleyen pek çok garip fikir bunlardan bir kısmıdır. Uzun lafın kısası, "özgür" değillerdir; bilinçdışı düşünce kalıplarının hakimiyetine girmişlerdir. Psikoterapi bir kaç ay içinde gözle görülür değişikliklere yol açmaya başlar. Birey düzenli olarak rüyalarını hatırlar, değişmesi gereken konuları çözmek için inisiyatifi ele alır ve yardım almayı kabul eder, terapistle ilgili duygularını dürüstçe aktarır, çekinmeden ve tadına vararak gülmeye başlar, yıllardır arkadaşı olan

Mary'yi sevmediğini ama Carolyn'den hoşlandığını itiraf edecek cesarete kavuşur. Doğma sürecine giren benlik bilinciyle beraber kendi hayatını yönlendirme gücü de artış gösterir.

Benlik bilinci kazanıldıkça sahip olunan seçenekler de fazlalaşır. Özgürlük kapsayıcıdır: özgürce yapılan bir seçim bir sonraki karar için daha da özgür bir zemin hazırlar. Benlik dairemizin çevresi her özgür davranışla büyüyecektir.

İnsan hayatında sayılamayacak kadar çok belirleyici faktör bulunduğunu ima etmek istemiyorum. Eğer bedenimiz, mali durumumuz vb. şeylerle yaşamımızın belirlendiğini tartışıyorsanız, size katılırım ve bilinçdışımızda kalan ama yine üzerimizde büyük etkisi olan onlarca psikolojik etkenin de varlığını eklerim. Belirleyici faktörlerin varlığını ve önemini ne denli savunursak savunalım, teslim etmemiz gerekir ki her insanın kendisi için belirleyici olan faktörlerin farkına varacağı bir sınır vardır. Başlangıçta çok belli belirsiz olsa bile, zamanla birey bu faktörlere nasıl tepki vereceğini söyleyebilir.

Dolayısıyla özgürlük doğrudan yaşamın belirleyici etkenlerine ne ölçüde bağlı olduğumuzla ilgilidir. Bir sone yazacak olursanız, kafiyenin ve ölçü düzeninin bütün inatçı gerçekleriyle burun buruna gelirsiniz; veya bir ev inşa ederseniz, tahtayı, çimentoyu ve tuğlaları nasıl birleştireceğiniz sorusu gelir çatar. Elinizdeki materyali ve o materyalin sınırlarını bilmek çok önemlidir. Ama Alfred Adler'in de sık sık vurguladığı gibi sonede ne diyeceğiniz tamamen size kalmıştır ve size aittir. Hangi mimariye uygun, ne tarz bir ev yaptığınız elinizdeki malzemeyi özgür bırakıldığınızda nasıl kullandığınızın bir sonucudur.

"Ya Belirleyicilik ya Özgürlük" tartışmaları yanlıştır; özgürlüğü tek başına adı "özgür irade" olan bir elektrik düğmesi şeklinde düşünemeyiz. Özgürlük hayat gerçeklerine - yemek, içmek, uyumak hatta ölmek gibi- uyum sağlamakla bağlantılıdır. Meister Eckhart özgürlüğe bu açıdan yaklaşımını seminerlerinden birinde açıklamıştı:

"İstediğiniz şeyi yapamadığınızda bilin ki sorun sizin tavrınızdan kaynaklanmaktadır." Gerçekleri körü körüne değil de belli bir seçim sonucu kabullendiğimizde özgürlükten bahsedilir. Bir takım sınırlamaların olduğunu kabul etmek vazgeçmek demek değildir; aksine yaratıcı olmaya dönük bağımsız bir tavır olarak nitelendirilebilir. Eğer hiç sınırlama olmasaydı karar vermek belki daha basit olurdu ama belli sınırlar içinde bir karara varmak daha yaratıcı olmayı gerektirir. Kierkegaard'ın sözleriyle açıklayacak olursak: "Kendini özgürlüğüne adamış birey gerçeklerle savaşarak zaman kaybetmez; bilakis gerçekleri sevmeyi öğrenir."

(İnsan davranışlarının fevkalade kontrollü olmasını gerektiren bir durumu, örneğin veremli bir hastayı düşünelim. Bu hastanın atacağı her adımda sıkı kurallar altında bir sanatoryumda olduğu gerçeği vardır. Her gün belirli saat dinlenmelerine izin verilir; günde sadece yaklaşık on beş dakika dışarıda yürüyebilirler vs. Fakat farkı yaratan, hastanın verem gerçeğini ne şekilde kabul ettiğidir. Kimi hasta, hastalıkla savaşmaktan vazgeçer ve ölümü kendi eliyle davet etmiş olur. Kimi ne yapması gerekiyorsa onu yapar ama bu hastalığı başına sardığı için "Tanrı"ya veya doğaya sitem etmekten kaçınmaz. Yani dıştan kurallara uysa da, içinde hep isyan vardır. Bu tip hastalar ölmezler ama iyileştikleri de pek seyrektir. Hayatın her alanındaki isyankarlar gibi, devamlı zaman tutarlar.)

Diğer hastalar ise hasta olduklarını içtenlikle kabul edip bu gerçeği benliklerine sindirene dek saatlerce yatarak derin düşüncelere dalarlar. Geçmişlerinin kaydını tarayıp bu hastalığı doğurmuş olabilecek koşulları ararlar. Hastalığı kendini bilmek yolundaki acımasız bir adım olarak algılarlar. Bu tip hastalar en doğru seçimleri yapıp, öz disiplinlerini en rahat kurabilenlerdir, böylece hastalığı yenmeleri de büyük ölçüde kolaylaşır. Onlar bedensel sağlıklarına kavuşmakla kalmaz, hastalık sonrası ruhsal açıdan zenginleşmiş ve güçlenmiş olarak hastaneden ayrılırlar. Belirleyici olayların farkındadırlar ve o olaylara yön verecek özgürlüğe de sahiptirler. İyileşmeyi istemeyen insanların sağlıklı olmaları hiç de olası gözükmüyor. Sağlıklı olmayı arzulayanlar ise ciddi bir hastalık geçirmiş olmanın erdemini taşırlarken kendileriyle de bütünleşmiş oluyorlar.

Hayatını gözden geçirebilme yeteneğine dayanarak insanlar hayatlarını şekillendiren olayların üstesinden gelebilirler. İster veremli, ister Romalı filozof Epictetus gibi bir köle, isterse de idam mahkumu olsun, birey bu olaylarla nasıl bir ruhsal bağıntı kuracağına karar verebilir. Ölüm gibi merhametsiz bir gerçeği nasıl algılayacağı, ölümün kendisinden daha önemli olabilir. Özgürlük genelde kahramanların yaptıklarında sergilenir. Örneğin, Sokrat baştakilerle fikirleri için pazarlık etmektense zehir içmeyi tercih etmiştir. Özgürlüğün daha dramatik bir örneği ise günümüzün parçalanmış toplumunda yaşayan ve ruhsal gelişime ulaşmayı hedefleyen insanın günlük çabasıdır.

Özgürlük bir konu karşısında “Evet” ya da “Hayır” demekten çok daha fazla bir şeydir: kendimizi şekillendirme ve yaratma tecrübesidir. Nietzsche’nin deyimiyle “gerçekte neysek o olma” becerisidir.

ÖZGÜRLÜK ve YAPI

Özgürlük bir vakum içinde oluşmaz, yani anarşik bir oluşum değildir. Kitapta daha önce çocuğun benlik bilincinin anne babasıyla olan ilişkilerinin yapısı çerçevesinde nasıl meydana geldiğine değindik. Bireyin psikolojik özgürlüğünün ıssız adada mahsur kalan Robinson Crusoe’ymuş gibi değil de dünyadaki diğer insanlarla kurduğu iletişim sonucunda kazanıldığını da vurguladık. Özgürlük toplumdan kendini soyutlayarak yaşamak anlamına gelmez. Özgürlüğün esas anlamı, soyutlanmışlıkla yüzleşmek, bilinçli olarak davranış yönüne karar vermek ve bunu etraftakilerle olan ilişkilerde taşınan sorumluluğu elden bırakmadan yapmaktır.

İnsanlar arası ilişkileri oluşturan yapının yeterince üzerinde durulmaması halinde doğabilecek sonuçlar, Fransız varoluşçuluğunun babası sayılan Jean Paul Sartre’ın yazılarında yer alır. Sartre’ın romanı “Mantık Çağı”nın baş kahramanı esasında özgür olarak tasvir edilmiş bir karakterdir fakat davranışları kararsızlık ve acelecilik göstermektedir. Hareketlerinin çoğu cinsel dürtüleri, sevgilisinin beklentileri ve bir takım tesadüfi olaylarla yönlenmektedir. Kitap, okuyana kuvvetli bir boşluk ve anlamsızlık izlenimi kazandırır. Okuyucu bu sebeple kitabın sonlarına doğru yavaş yavaş sıkılma eğilimine girer ve “İyi de bana ne!” diye sormak ister. Kitabın bıraktığı his, Sartre’ın teorisindeki özgürlük anlayışını ve kahramana gösterdiği ilgiyi boşa çıkaracak niteliktedir. Sartre’ın tiyatro oyunu “Kırmızı Eldivenler” bir diktatörü öldürme görevini üstlenmiş kararsız bir komünisti anlatır. Komünist kahramanımız, ancak karısını aşığıyla yakalayınca suikastı gerçekleştirmeye karar verir. Sanat eleştirmenleri oyunun kahramanı için cinsel kıskançlığın kurbanı olmuş yetişkin bir izci izlediklerini söylemişlerdi. Haksız olduklarını sanmıyorum.

(Varoluşçuluğun temeli, hem Sartre'ın hem de diğerlerinin perspektifinde, bireyin özgürlüğüne verdiği önem ve iç bütünlüğünü korumaya gösterdiği özendir. Varoluşçuların tasarladığı bu birey mecbur kalırsa intihardan da çekinmez. Sartre'ın varoluşçuluğunun ortaya çıkışı Fransa'daki son savaş sonrası oluşan direniş hareketi dönemine rastlar. Sartre ve diğerlerinin savaşta cesaretle savaşmış olması bu yeni felsefenin enerjisini ve yapısını Fransa'nın özgürlük mücadelesinden aldığını düşündürüyor. Ne var ki Fransız gezginlerin aktardıkları kadarıyla bu tür hareketlenmeler, Parisli sanat düşkünleri için entellektüel bir moda olmaktan öteye gidemeyince bir şeylerin yanlış olduğu fikrini çağrıştırıyor.)

Sartre'ın varoluş kurallarından en öncelikli olanı, bireyin kendi seçimlerini yapmaktan alı konamayacağını, varlığının bu seçimlerle meydana geldiğini, bunları reddetmenin endişe ve ruhsal bunalımlara neden olacağını iddia eder. İddiayı canı gönülden destekliyorum. Ancak bireyin bir takım şeyleri seçebilmesi ve bunlar için ölümü göze alabilmesi (bu iki kavram oldukça garip ve varlığı koruma ilkesine tezat oluşturuyorlar) insan doğası ve insan varlığı hakkında derin şeyler ima ediyor. Kimse bir tartışmanın olumsuz yanı için ölüme hoş geldin demez. Kişi doğruluğuna inandığı şey uğruna ölebilir, uğruna canını verdiği şeyler onuru ve bireysel bütünlüğü gibi pozitif değerlerdir. Sartre'ın varoluş kuramındaki boşluk da kendini adadığı özgürlük konusunda bu önemli değerlendirmeleri göz ardı etmesinden kaynaklanır. İnsan ister istemez Fransız direniş hareketinden uzaklaşınca

varoluşçuluğun sonunun nereye gideceğini merak ediyor. Bazı eleştirmenler otoriter bir kişilik kazanacağını söylemekte: Tillich Katolikçi bir yapının varoluşçuluğu kapsayacağını, Marcel ise Marksizmin kaçınılmaz olduğunu belirtiyor.

Kişinin dünyayla olan ilişkilerinin yapısını belirlemek bizim işimiz değil. Nitekim bu konuda çok çeşitli yaklaşımlar var. Yunanlılar buna mantık (logos) derken, Stoacılar "doğanın kanunu"(mutlu olabilmenin tek yolu olarak görülen yaşam biçimi. Ç.N.) kuramını benimsiyorlar. On yedinci ve on sekizinci yüzyıllarda evrensel mantığa inanılıyordu. Öyle görünüyor ki çağlar boyu insanlar değişik yolları hep bir yapıyı oluşturabilmek için kullanmışlar. Sonuçta her bireyin bilinçli olarak veya farkında olmadan davranış motifini belirleyen bir yapı çıkmış ortaya. Çoğu insan bilinçdışı kaynaklı uyumluluğun bir sonucu olarak toplumun beklediği davranışları içeren kuralların olduğunu farz eder. "Totaliterlik" veya "kurallara uyma" şeklinde tarifini verdiğimiz olgular pek çok insanın ilişkilerinin kilit noktasını oluşturan yapılardır. Bizim yapmamız gereken, gayet bilinçli olarak hangi yapıyı benimsediğimizi kendimize sormaktır.

Yapının bakış açısını çıkarmak felsefe, din ve ahlakbilim için sosyal bilimlerle beraber çalıştıklarında karşılaşılan bir problemdir. Biz burada esas olarak psikolojiyle ilgileniyoruz ve bireyin psikolojik ihtiyaçlarını anlama ve ilişkilerini belirlemede elimizdeki veriler bizi yapı konusuna getirdi. İlerleyen bölümlerde ne tür bir yapının -ahlakbilimde, felsefede ya da teolojide olsun- bireyi bütün potansiyelini kullanmaya teşvik ettiği üzerinde duracağız.

"KENDİNİ SEÇMEK"

Özgürlük kendiliğinden gelmez, kazanılır. Kaldı ki bir kereye mahsus kazanılacak bir şey de değildir, her gün yeniden elde edilmesi zorunludur. Goethe'nin Faust'un öğrendiği dersi tarif ettiği gibi: *"Evet! sarıldım bu fikre kopmaz bağlarla;*
Aklın son neticesi de doğruluyor bunu:
Her kim ki fethe çıkar gün be gün ve savaşır dağlarla
Hak eder hem özgürlüğünü hem de ruhunu."

İç bağımsızlığı kazanabilmenin en baş şartı "kendini seçmektir." Kierkegaard'ın buluşu bu değişik terim, öz sorumluluğun bilincine varmayı ve varlığı teyit etmeyi içerir. Kararlı bir yaşamı ve canlılığı öngörür. Kendini seçmek evrende küçük bir zerrecik olan varlığı doğrulamak ve getirdiği sorumlulukları göğüsleyebilmektir. Nietzsche "yaşama iradesi"nden söz ederken bu içeriği kastetmiştir, yani sırf varlığını muhafaza etme amacıyla değil aynı zamanda benliği yadsımamak, bireysel menkıbeyi takip etmek ve böylece en temel kararları almak.

Var olmamayı seçme kararını, diğer bir deyişle intiharı irdeleyerek benliği ve varlığı kabul etmenin ne anlam ifade ettiğini çıkarabiliriz. İntiharın ciddiyeti, her sene pek çok insanın bu yolla yeryüzünden ayrılıyor olması değildir. Hatta intihar uç düzeyde nevroza girmiş olanlar haricinde ender rastlanan bir olaydır. Psikolojik ve ruhsal açıdan ise intihar başlı başına bir anlam taşır. Yakın geçmişte duyduğumuz batan balıkçı teknesi benzeri kaza haberlerini sıkça duyuyoruz. Yirmi yaşlarındaki genç adam su yüzündeki tahta parçasına tutunmuş dalgalarla boğuşurken yanındaki yaşlı adama ölmek için henüz çok genç olduğunu haykırıyordu. En sonunda "Benim işim bitti babalık, elveda!" deyip tahta parçasını

bıraktı ve sulara gömüldü. İlk başta gücü varmış gibi gözüken halbuki sonradan bir anda ölümü seçen bu bireyin psikolojik devinimlerini bilemiyoruz ama yaşamamaya eğilimli bir mekanizmanın etkisinde kaldığı kesin.

İntihar olaylarına başka bir örnek ise kendini belli amaçlara adamış insanlarda görülüyor. Çok sevdiği hasta birine bakmak zorunda kalan, önemli bir işi bitirmeye kararlı bireyler "yaşamaya mecbur" olduklarını hissedip olmadık zorluklarla başa çıkabiliyorlar. Gel gelelim, başarıya ulaşıldığında veya misyon tamamlanınca yollarına devam etmektense ölümü tercih ediyorlar. Kierkegaard yirmi yılda on dört kitap yazdı, kırk iki yaşında çalışmalarını bitirdi -ve neredeyse sonuç olarak demek geliyor içimden- yatağına uzandı ve öldü.

Eğer yaşamamak bir seçim olabiliyorsa, bu bize yaşamaya devam etme kararının ne denli hayati önem taşıdığını kanıtlar. Aslında yaşamasa da pek fazla şeyin değişmeyeceği gerçeğiyle burun buruna gelen ama tam o anda hayatı seçen bireyin o ana dek gerçek anlamda yaşamış olması - kendi varlığını kabullenerek- oldukça düşük bir ihtimaldir. Ölmek serbesttir, yaşamak da öyle. Bu birey rutin hayat döngüsünün belki de en can alıcı kalıplarını kırmıştır: varlığı basit bir tesadüften başka bir şey olmayan biri, sebep-sonuç ilişkisinden doğmuş minik bir ayrıntı, çoluk çocuğa karıştıktan sonra ölümü karşılamaya hazır sıradan bir şahıs değildir artık. Ölebileceğini fark eden ama yaşamayı isteyen birisi olmuştur. Demek ki her karar bünyesinde kendine özgü bir özgürlük barındırır.

İnsanlar genellikle hayatlarının belli bir parçasını kaplayacak tarzda psikolojik intiharı denerler. Bu ifadeye dayalı iki örneği aktarmak istiyorum. Kadının biri hoşlandığı adam ona aşık olup onu sevmediği takdirde yaşayamayacağına inanır. Adam bir başkasıyla evlenir, kadın da intihar etmeyi kafaya koyar. Bu fikri geceler boyu iyice düşünür. Bir gece "Farz edelim intihar ettim." diye mırıldanır kendi kendine. "Ama benim intiharımdan sonra yaşamak yine de güzel olabilir. Ne de olsa güneş yine parlayacak, deniz suyu yine serinletecek, insanlar hala bir şeyler yapıyor olacaklar." Böylece kadın başkalarını sevmenin de mümkün olduğunu anlar ve intihardan vazgeçer. Kadının korktuğu ya da üşendiği için değil de olumlu nedenlerden dolayı vazgeçtiğini varsayarsak, içine düştüğü bu ikilem ona yeni bir özgürlük aşılamıştır. Ruhunun adama delicesine aşık olan kısmı intihar etti diyebiliriz fakat diğer kısımlar yepyeni bir canlılığa kavuşmuştur. Edna St.Vincent "Yeniden Doğuş" isimli şiirinde bu olayı tasvir eder:

Ah, yerden olanca gücümle zıpladım
ve derin bir çığlıkla toprağı selamladım
Öyle bir çığlık ki hiçbir yerde duyulmaz asla
Ölmüş ve tekrar doğmuş birinin ruhundan başka.

İkinci örneğimize gelince: Genç bir adam şöhreti yakalayana dek asla mutlu olamayacağını düşünür. Hem iddialı hem de yeteneklidir, örneğin üniversitede yardımcı profesördür ama basamakları tırmanmaya başladıkça üst mevkilerde hep birilerinin daha olduğuna, dahası o mevkilere aday birçok insan bulunduğuna buna rağmen pek azının seçildiğine tanık olur. Zaten şöhreti yakalamış, tanınan bireylerin sayısı bir elin parmaklarını geçmemektedir ve büyük ihtimalle onun da sonu sıradan bir öğretim görevlisi olmaktır. Aniden bu genç adam bir kum tanesi kadar dahi önemi olmadığı hissine kapılır ve ölümü hayal etmeye başlar. Çaresizlik anlarında kafasına intihar fikri saplanır. Er ya da geç onu da bir düşünce alır: "Peki, farz edelim yaptım, ya sonra?" Bir süre sonra, geri dönebilse meşhur biri olmasa da yapacak pek çok şey bulacağını fark eder. Hayatta kalmaya karar verir, şöhret arzusundan da vazgeçer. Yani benliğinin şöhret olmadan yaşamayan tarafı intihar etmiştir. Şöhret tutkusundan vazgeçmekle, kalıcı mutlulukların, kamuoyu önünde pohpohlanmaktan başka şeylerin de var olabileceğinin bilincine varır. O zaman şunları diyen Ernest Hemingway'e hak verecektir: " Bir anda parlayacak şöhretin canı cehenneme! Ben iyi yazmak istiyorum, hepsi bu." Sonuçta bu kısmi intihar, genç adamın amaçlarını netleştirmiş, potansiyelini tanımasını sağlayarak ona yaşam sevinci vermiştir. Şöhrete kölelik etmek yerine kendi doğrusunu ona buldurtmuş, benlik bütünlüğüne yapacaklarıyla nasıl katkıda bulunabileceğini göstermiştir.

Siz de takdir edersiniz ki psikolojik intihar olaylarının içeriği burada anlattığımdan çok daha karmaşıktır. Aslında bazı insanlar da -hatta büyük çoğunluk- tam zıt yöne gider ve arzularına teslim olurlar: geri çekilir, hayatlarını kısıtlamalarla doldurur ve bağımlılığa sığınırlar. Ben burada kısmi intihardan olumlu, işe yarar bir şeylerin de kalabileceğini savunuyorum. Benlik içinde bir parçanın ölümü diğer parçalar için hayat kaynağı görevini görebilir. Nörotik bir bağı, belli bir şeye bağımlılığı, bir saplantıyı koparıp atarak daha özgür bir birey haline gelebilirsiniz. İlk örnekteki kadının hissettiği, sandığı gibi aşk falan değildi; adam üzerinde güç sahibi olma tutkusuyla beslenen bir asalaktı yalnızca. Benliğin bir kısmının ölümünü hayata ve hayatın sunduğu imkanlara yönelik daha yoğun bir farkındalık izler.

İnsan bilinçli bir biçimde yaşamayı seçerse, iki şeyin daha olması olasıdır. Birincisi, kendisi için duyduğu sorumluluk farklı bir anlam kazanır. Hayatı omuzlarına vurulmuş bir yük olmaktan çıkar, tek başına verdiği bir karara dönüşür. Bu şahıs için bundan sonra sadece kendi kurduğu bir düzen vardır. Özgürlük ve sorumluluğun bir bütünün iki yarısı olduğunu algılamak zor olmaz: eğer özgürlük yoksa birey kendi kendini idare edemez dolayısıyla sorumluluk diye bir şey söz konusu olamaz; aynı şekilde birey sorumluluk üstlenemiyorsa onun özgürlüğüne güvenilmez. Ama birey "kendini seçince", özgürlük ve sorumluluğun kurduğu ortaklık güzel bir fikir olmaktan öteye gider: birey bağımsızlığını nabzında duyar, bireysel özgürlüğü seçtiğinin farkına varır ve aynı anda bunun sorumluluğunu üstlenir.

İkincisi, dış dünyadan empoze edilen disiplin öz disiplin halini alır. Birey emredildiği için değil -hayatına son verme özgürlüğüne sahip birine kim emir verebilir?- hayatıyla ne yapacağına kendi karar verdiği ve disiplin ona varmak istediği noktalarda yardımcı olacağı için disiplini kabul eder. Öz disipline çok değişik adlar takılmıştır. Nietzsche "kaderini sevmek", Spinoza "hayatın kanunlarına boyun eğmek" deyimini kullanmıştır. Bana sorarsanız, ne isim koyarsanız koyun, öz disiplin olgunluğa varmak isteyen herkesin mücadelesi esnasında öğrendiği bir derstir.

6

YARATICI VİCDAN

İnsan, en azından teorik olarak, ahlak değerlerine sahip bir yaratıktır. Ahlaki değerlendirmeler yapabilmek için, ki özgürlük, mantık yürütme ve insana mahsus pek çok özellik buna dahildir, benlik bilincine ihtiyaç duyar.

Birkaç yıl önce Dr. Hobart Mowrer Harvard Üniversitesi'ndeki psikoloji laboratuarında bir deney gerçekleştirdi. Deneyin amacı sıçanlarda "ahlaki düşünce" kavramının var olup olmadığını bulmaktı. Sıçanlar davranışlarının kısa ve uzun vadedeki sonuçlarını kestirip uygun biçimde mi davranıyorlardı? Kafesin içinde açılan ufak bir çukura yiyecek parçaları atılmıştı. Hayvanlar aç bırakılmışlardı ama plan gereği -daha doğrusu sıçanların uyması zorunlu görgü kuralları gereği- yemeğe saldırmadan evvel üç saniye beklemeleri gerekmekteydi. Kurala uymayan sıçanlar kafes zemininden verilen elektrik şokuyla cezalandırılıyordu.

Sıçanlar aceleyle yiyeceğe hücum edip sonrasında da elektrik şokuna maruz kalınca yemeklerini kibarca beklemeyi, zamanı gelince yemeği ve rahatça yemeğin tadına varmayı öğrendiler. Davranışları şu mesajın altında birleşme göstermişti: "biraz bekle yoksa beklemediğine pişman olursun." Deneyin ilerleyen aşamalarında ceza geciktirilmeye başlandı. Kurala uymayan sıçanlar aşağı yukarı on-on iki saniye sonra elektrik şokuna maruz bırakıldılar. İşte o zaman sıçanların bu cezadan pek bir şey öğrenmedikleri gözlenmiş oldu. Hemen hepsi birer talancı gibi oluvermişti yani cezayı umursamadan yiyecekleri kapıyorlardı. Bir kısmı ise yemek olayını toptan kesip aç kalmaya razı oldu. En kritik nokta, sıçanların yemeğe olan şimdiki arzularıyla bunun gelecekte doğurabileceği kötü sonuçlar arasında bir denge kuramamalarıydı.

Bu küçük deney bize insanlar ile sıçanlar arasındaki farkı gösteriyor. İnsan "bir olayın öncesini ve sonrasını tartabilir." Şu anki zamanı aşabilir, geçmişi hatırlayabilir ve gelecek için planlar kurabilir, böylece daha kötü olanı seçmektense biraz sabretmesi gerekse de daha iyi olandan yana oyunu kullanabilir. Daha da ileri gidecek olursak, insan kendini başkasının yerine koymak suretiyle salt kendisi için en iyi olanı değil toplum için de en faydalı olanı seçme yetisine sahiptir. Kapasitemizin başlangıcı budur ama "komşuyu sevmek" kavramı birçok insanda mükemmelliğini kaybetmiştir, buna bağlı olarak toplum refahı ideali de.

İnsanın sadece değer yargıları oluşturup herkesin menfaatine uygun düşecek seçimler yapabilmesi yeterli olmaz; eğer kişiliğinde bir bütünlüğe ulaşmak istiyorsa bunları yapmak zorundadır. Bir mıknatısın orta bölümünün iki kutuptaki güçleri topladığı gibi, değerler de insan psikolojisi için birleştirici bir merkez görevini görür. Kendini yönlendirme aşamasında bireyin ne istediğini bilmesinin en temel şart olduğunu önceki konu başlıklarımızdan birinde işlemiştik. Ne istediğinden emin olmak, olgunlaşma sürecinde kendi değer

yargılarını yaratmanın ilk adımıdır. Olgun bir insanı kendi seçimi olan amaçlarının etrafında kenetlenmiş olmasıyla ayırt edersiniz. O, neyi hedeflediğini bilmektedir, dondurma diye tutturan bir çocuk olmaktan çıkmış, yaratıcı bir aşk ilişkisine ya da iş yerindeki bir başarıya doğru koşan bir yetişkin olmuştur. Ailesine bağlılığı onu büyüten insanları sevme mecburiyetinden değil, onun bu bireyleri sevmeyi istemesinden kaynaklanmaktadır. Otomatik bir rutine takıldığı için değil, meşgul olduğu işin değerine bilinçli olarak inandığı için çalışır.

Kitabın ilk bölümünde çağımızın hastalığı diye nitelendirdiğimiz boşluk, endişe ve karmaşa duygularının kontrol edilemez bir hal almasında en etkili faktör, günümüz insanının iç dünyasında değer yargılarını yönetecek bir merkezden yoksun oluşudur. Şimdi söylediklerimize dayanarak, bireyin güçlülüğün ve içsel bütünlüğünün içinde yaşadığı değerlere ne oranda inandığına bağlı olduğunu iddia edebiliriz. Bu bölümde biz, hayatımızı yönlendiren değerleri nasıl olgun ve yapıcı bir biçimde seçip onaylamamız gerektiğini tartışacağız.

Öncelikle, sizin değer yargılarınız ve benimkiler doğrudan doğruya hangi çağda yaşadığımızla bağlantılıdır. Bu her zaman böyledir: şüphecilik ve belirsizliğin her fikri esir aldığı bir geçiş çağında bireyin işi daima daha zordur. Yaşadığı süre içerisinde dini inançları geleneksel şekilde övme şansını yakalayamamış olan Goethe, şunları yazmıştı: "İnancın desteklediği tüm lirik şiirler, hangi tarzda yazılmış olurlarsa olsun, zengin bir içeriğe ve insanın ayaklarını yerden kesecek bir güzelliğe sahiptirler. Öte yandan, şüpheciliğin hakimiyetine girmiş olanlar, ilk bakışta güzel gözükseler bile anlamlarını kaybetmeye mahkumdurlar... zira kimse kısır bir düşünce yumağıyla boğuşmaktan zevk almaz."

Goethe'nin şatafatlı sözlerinin altında iletmeye çalıştığı mesaj, inancın aslında topluma sinmiş kalıplaşmış fikirler ve üyelerini yönlendiren bir kurallar bütünü olduğudur ki tarihsel boyutta bu son derece geçerli bir yargıdır. Pericles'in zamanında Yunan medeniyetini, on üçüncü yüzyıl Paris'ini veya Rönesans'ı bir kez daha anımsayalım. Tüm bu adı geçen periyotlarda yaratıcılığı perçinleyen güç, toplumca paylaşılan fikirler ve ortak değer yargıları olmuştur.

Ortaçağın alacakaranlığında ve Helenistik çağın sonlarında ise ulusların tarihsel gelişiminin bir geçişe maruz kalması, parçalanmanın baş göstermesiyle inanç birliği de gücünden çok şey kaybetmiştir. İnanç bütünlüğünün bozulması iki ayrı şeyin yolunu açmıştır. İlk olarak, inançlar ve gelenekler kristalleşip bütün toplumsal devinimi dondurur. Örneğin, Ortaçağ'da verilen eserlerin hemen hemen tümü kupkuru, boş, anlaşılır fakat içerik bakımından gayet zayıf semboller üzerine inşa edilmişlerdir. İkinci olay da, gelenekten kopan devinim genel bir isyanı ateşler ve tıpkı yeryüzünde suyun değişik yönlere dağıldıkça gücünü yitirmesi gibi, etkisini kaybeder. 1920'lerde bizim yaşadığımız ortam böyle koşullardan oluşmaktaydı.

Zaten bugünkü sorunumuz da bu değil mi? Bir yandan otoriter akımların etkisine karşı koymaya çabalarken bir yandan da hedefini şaşırmış bir cansızlık, durgunlukla baş etmiyor muyuz? Tarihi benim gibi mi yorumluyorsunuz bilemiyorum ama yine de eminim siz de şimdiki gibi bir huzursuzluk döneminde her katmandaki insanların "kökensizlik" hastalığından yakındığına katılıyorsunuz. Bu insanlar yerleşmiş kurumları, otoriteyi, kayıtsız şartsız disiplini fırtınada tutunacak bir dal olarak görüyorlar. Dr. Lynd ve eşi "Geçiş

Döneminde Middletown" başlıklı kendi Amerikan kasabalarını inceleyen araştırmalarında çoğu kimsenin değişime ve belirsizliğe tahammülü olmadığını belirtiyorlar. Bu demek oluyor ki, Middletown sakinleri ekonomi ve politikada gittikçe daha muhafazakar tarafa kayıyorlar, daha katı tavır takınıp liberal hareketi destekleyenler yerine köktenci kiliseleri tercih ediyorlar.

Bana göre bizi bekleyen en ciddi tehlike, insanların neye inanacaklarını bilememenin paniği içerisinde (1930'larda Avrupa'da durum böyleydi) kötülüğe ve yok etmeye sarılmaları olasılığıdır. Dinde, siyasette, eğitimde, felsefede ve bilimde kök salan dogmatik anlayışı irdeleyin bir kere. Otoriter, tepki vermeye yönelik çizgilerin izlerini görmüyor musunuz? İnsanlar korktuklarında veya endişeye kapıldıklarında ister istemez daha katı oluyor, üstüne üstlük bir de şüphelere kapıldıklarında dogmalara saplanıyorlar. O noktada da canlılık ve devinim adına ne varsa yok oluyor. Geleneksel değerlerden arta kalanlarla bir barikat örüyorlar ve bu barikat onların zor anlarda sığınıp geçmişe doğru bir kaçamak yapabilecekleri tek sığınak görevini üstleniyor.

Ancak ne de olsa, birçoğu geçmişe kaçmanın bir yarar sağlamadığının pekala bilincinde. Şansımız var ki, Henry Link'in yazdığı "Dine Dönüş" gibi kitapların popülaritesi kısa sürüyor ve etkileri de uzun vadede zayıflıyor. Bu tür çabaların kendi kendini yıpratacağını fark etmek hiç zor değil. İçimizde dayanacak bir merkez arıyorsak, bunu dışarıdan alıp ruhumuza yerleştiremeyiz. Helenistik çağı andıran bir karmaşayla, Gilbert Murray'in deyimiyle "bir sinir krizi sonucunda" dine dört elle sarılmak ne toplumun sorunlarına çare olur ne de insanların. Zor olabilir ama esas yapılması gereken, önce kendimizi anlayarak kendi içimizde bir ahlak mahkemesi kurmak, tarihsel konumumuzla yüzleşmektir.

Son birkaç senedir 'dine dönüş' temasından çok farklı bir mesaj taşıyan bir akım gelişti. Birçok düşünür kültürün getirdiği dini değerlerden kopmanın kendilerinde büyük kayıplara yol açtığını fark edip Eyüp, İsa, Buddha ve Tao gibi filozofların düşünce sisteminden uzak kalmış olan insanların kendini yeniden keşfetmesini zorunlu kılan böyle bir çağda çok önemli bir şeyi kaçırdığına dikkat çektiler. Geçmişin ahlaki ve dinsel bilgelik öğretilerine döndüler. Bu akımın örneklerine David Riesman'ın ya da Howard Mowrer'ın yazılarında rastlamak mümkündür. Partisan Review dergisinin 1950'de arka arkaya çıkan dört sayısının tamamının romancıların, şairlerin ve filozofların "Düşünür ve Din" temasına dair yazdıklarına ayrılması bir tesadüf olmasa gerek.

Açık seçik ortada ki, bu akım sadece çağımızın beraberinde taşıdığı endişenin bir ürünü değil; belki de sırf bu yüzden övgüyü hak ediyor. Fakat bu sefer de tehlike, akıma yeni katılan ve bu konuda acemi olan entelektüellerin dini geleneklerin daha az güvenilir yanlarına kaymalarında yatıyor. Eğer bu aydınların dine olan ilgisi otoriterliğin ve tepki hareketlerinin büyümesini kolaylaştıracaksa ilk başta olduğundan daha berbat bir konumdayız demektir.

O halde gerçek problem, ahlakbilimde ve dinde neyin sağlıklı olduğunu, neyin bireyin değerini, sorumluluğunu ve özgürlüğünü arttırdığını bulup çıkarabilmekten geçiyor. Biz de, önceki bölümlerde yaptığımız gibi, insanda sağlıklı bir ahlak anlayışının nasıl ortaya çıkıp geliştiğini araştırarak işe koyulalım.

ADEM ve PROMETHEUS

İnsan için 'ahlaklı' denir ama bu ahlak anlayışının gelişmesi ve bireyin ahlak kavramının farkına varması hiç de basit bir olay değildir. Öyle çiçeğin güneşe doğru dönüp büyümesi gibi insan birdenbire ahlaki olgunluğa erişmez. Ahlaki farkındalığa ulaşamamanın da bedelinin uzun süreli bir ikilemler zinciri ve endişe olduğu düşünülürse, özgürlüğe ulaşmaktan veya benlik bilincini elde etmekten pek de farklı olmadığı göze çarpar.

Bu ikilemi en net biçimde Adem'in İncil'de anlatılan efsanesinde buluruz. Tahminen M.Ö. 850 yılında Eski Ahit'e taşınan bu eski Babil masalı, ahlak anlayışının ve benlik bilincinin eş zamanlı olarak doğduğunu anlatır. Prometheus'un hikayesinde veya diğer efsanelerde olduğu gibi bu masalın asırlardan bugüne uzanmasının nedeni tarihi bir gerçeği yansıtması değil, tüm insanlığın paylaştığı önemli bir deneyime değinmesidir.

Masalın anlattığına göre, Adem ile Havva "Tanrı"nın "görünümü hoş ve bol meyve veren her tür ağaçla donattığı" Cennet Bahçesi'nde yaşarlar. Bu güzel zevk ülkesinde ne istemeyi ne de çalışmayı bilirler. Daha da önemlisi, endişe ve suçluluk duygusundan da habersizlerdir: 'çıplak olduklarını fark etmezler.' Kendi geçimleri için didinmek gibi bir kaygıları olmadığı gibi ne kendileriyle ne de "Tanrı" ile herhangi bir sorunları vardır.

Fakat Adem'e "Tanrı" tarafından bahçedeki iyilik ve kötülüğe dair bilgi veren ağaçtan kesinlikle meyve yememesi emredilmiştir; aksi takdirde o da "Tanrı" gibi iyinin ve kötünün ne olduğunu öğrenecektir. Adem ve Havva dayanamayıp da bu ağacın meyvesinden yiyince ilk olarak 'gözleri açılır' ve iyi ve kötüyü, endişe duymak ve suçluluk hissetmek suretiyle öğrenirler. 'Çıplaklıklarının farkına varırlar' ve "Tanrı" bahçedeki günlük gezisine çıktığında ona görünmemek için ağaçların arkasına saklanırlar.

"Tanrı", buyruğuna uymayan bu iki varlığa türlü cezalar biçer. Kadın erkeğe karşı cinsel açlık duymaya ve doğumda acı çekmeye, erkek ise çalışmaya mahkum olur.

Ancak alnının teriyle hayatını kazanacaksın,
Ta ki toprağa dönene kadar. . .
Ki sen aslında tozsun
Ve toza dönmeye mecbursun.

Eski Mezopotamya halklarına ait bu hikaye temel olarak insanlığın bir ile üç yaşları arasında geçirdiği evreyi, yani benlik bilincinin ortaya çıkışını, tarif ediyor. Bu zamanın öncesinde birey Cennet Bahçesi'nde yaşamıştır. Cennet Bahçesi aslında her şeyin yolunda gittiği, rahat, sıcak ve güvenli ortamıyla anne karnını sembolize etmektedir. Bahçe ahlaki ikilemlerin ve sorumlulukların olmadığı, "günah diye bir şeyin bilinmediği" masumiyet çağının bir başka ifadesidir. Hiçbir üretken faaliyete rastlanmayan bu tür cennet tasvirleriyle pek çok edebiyat kitabında karşılaşmak mümkündür. Ana karnının sağladığı huzura, benlik bilincinden evvelki masumiyete duyulan romantik özlem ancak bu şekilde dışa vurulmuştur.

Masumluğun kaybedilmesi ve ahlaki kaygıların ön plana çıkmasıyla, efsanenin bizlere anlattığı kadarıyla, birey benliği ayrımsamanın getirdiği endişe, suçluluk duygusu yükünü omuzlar. O da "tozdan başka bir şey olmadığının" farkındadır. Diğer bir deyişle, bir gün varlığının sona ereceğini çok iyi

bilmektedir.

Olumlu yanından bakacak olursak, bilgi ağacının yasak meyvesini yiyerek doğruyu ve yanlışı öğrenmek psikolojik ve ruhsal insanın doğumudur. Nitekim Hegel, insanın çöküşü olarak değerlendirilen bu olayı "yukarıya doğru çöküş" biçiminde yorumlar. Tevrat'ın ilk kitabı olan Tekvin'e (Yaradılış) bu efsaneyi yerleştiren eski Musevi yazarlar, olayı eğlenmek ve insanın doğumunu kutlamak için mükemmel bir fırsat şeklinde sunmuşlardır. Fakat garip olan, hadisenin "Tanrı"nın emir ve isteklerine karşı gelinmesi sonucu meydana gelmesidir. "Tanrı" "kızgın" biri olmuştur ve "insan yaşam ağacının meyvesine uzanmaya kalkışırsa sonsuza dek yaşamayı da garantileyebilir!"

Şimdi bizden "Tanrı"nın insanın bilgi sahibi olmasına, iyiyle kötüyü ayırabilmesine kızdığına inanmamız mı bekleniyor? O "Tanrı" ki insanı kendisinin bir görüntüsü olarak yarattığını Tekvin'in bir önceki bölümünde belirtiyor. "Tanrı"nın görüntüsü olmak, özgürlük, yaratıcılık ve ahlaki bilinç yönünden "Tanrı"ya benzemek anlamını içermiyor mu? Yani "Tanrı"nın insanları ilelebet körlüğe ve karanlığa mahkum etmek istediğine mi inanacağız?

Bu çıkarımlar efsanenin esas psikolojik boyutunu netleştirmekten o denli uzak ki, ister istemez başka bir açıklama bulmamız gereksinimi doğuyor. Ne de olsa, M.Ö. üç bin yılına dayanan karanlık bir dönemin ilkel bakış açısını göze almak durumundayız. O yıllarda bu masalları yaratan bireylerin yapıcı benlik bilinci ve buna bağlı isyankarlık duygusunu ayırt edebileceklerini düşünmek, hele şimdi bile insanların bu ayrımı fark edemediklerini hatırlayacak olursak, fazla hayalcilik olur gibi geliyor bana. Dahası, efsanedeki "Tanrı", Yehova'dır, yani Yahudilerin en eski "Tanrı"sıdır. Yehova'dan kutsal kitaplarda hep kıskanç ve intikamcı olarak bahsedilmiştir. Daha sonraki yıllarda gelen Yahudi peygamberlerin hepsi Yehova'nın bu tavırlarını protesto etmişlerdir.

Bu ilginç paradoksu aydınlatabilmek amacıyla bir de Yunan mitolojisindeki Zeus ve Olimpos dağının diğer tanrılarına bir göz atalım. Adem'in hikayesine en yakın mitolojik hikaye Prometheus'un hikayesidir. Prometheus "Tanrı"lardan ateşi çalıp insanlara verimlilik ve sıcaklık sağlaması için götüren bireydir. Ölümlülerin ateşe sahip olduklarını görerek öfkesinden çılgına dönen Zeus, Prometheus'u Kafkas dağlarına göndertip orada kayalıkların üzerinde zincirletir. Talihsiz Prometheus için Zeus, son derece yaratıcı bir işkence yöntemi düşünür: Her gün gelecek olan bir akbaba Prometheus'un karaciğerini parçalayıp yiyecek ama her gece ciğer yeniden oluşacak böylece Prometheus'un acısı sonsuza dek sürecektir.

Acı çektirmek konusunda Zeus'un Yehova'dan aşağı kalır bir yanı olmadığı gün gibi ortada. Zeus daha da ileri giderek dünyanın tüm acılarını, kederlerini ve kötülüklerini bir kutuya doldurur ve habercisi Hermes'i bu kutuyu Pandora ve Epimetheus'un mutlu bir yaşam sürdükleri (Cennet Bahçesi'ni anımsayın) dünya cennetine götürmekle görevlendirir. Merakına yenik düşen Pandora esrarengiz kutuyu açınca kutuya hapsolmuş tüm yaratıklar ve kötülükler dışarı çıkar ve o günden beri insanların yakasını bırakmazlar. "Tanrı"ların insanlarla olan ilişkilerindeki bu şeytani planlar onlar hakkında hiç de şirin bir tablo çizmiyor.

Adem'in hikayesinin benlik bilincini anlattığı oranda Prometheus'un hikayesi de insanlara yepyeni bir şey sunmayı, yaratıcılığı anlatır. Prometheus kelime olarak da "öngörü" (geleceği görüp uygun planlar yapabilme) anlamını taşır.

Prometheus'un maruz kaldığı işkence yaratıcılıkla beraber oluşan iç bunalımı simgeler. Mikelanj, Thomas Mann, Dostoyevski ve daha pek çok benzer dehanın eserlerinde belirttikleri üzere, insanlığa yaşama dair yeni bir biçim sunmak mutlaka kaygıyı ve belli miktarda suçluluk duygusunu yanında taşır. Zeus da Yehova gibi insanın kendini aşmaya yönelik gelişimini kıskanmış ve onu olmadık yollarla cezalandırmayı kafaya koymuştur. İşte yine aynı noktaya geri döndük yani tanrıların insanın yaratıcılığıyla savaşması ne demek oluyor?

Gerek Adem'in gerekse Prometheus'un davranışı "Tanrı"ya bir başkaldırı niteliğindedir. Zaten iki efsanenin de dayanak noktası burada başlıyor. Yunanlılar da Yahudiler de insanlık sınırlarını aşmaya çalışmanın bireyin kendisini aşmasına dek uzayacağını ve bunun bir günah olduğunu bilmekteydiler. Bu görüşü iki kültür de çeşitli edebi eserlerde dile getirmiştir: Davud'un Uriah'ın (Uriah, karısıyla evlenmeyi kafasına koyan Kral Davud'un emriyle cephenin en tehlikeli yerine gönderilen ve burada ölen bir subaydır. Ç.N.) karısıyla evlenmesi, Kral Agamemnon'un Truva'yı ele geçirmesinden sonra aşırı gururlanması- ki buna hubris deniyor-, faşist diktatörler misali dünyanın hakimi olmaya soyunması ya da sınırlı bilgisinin mutlak gerçek olduğunu iddia edip dogmaya saplanması verebileceğimiz birkaç örnektir. İnsanı tehlikeli bir varlık kategorisine sokan bu durumlardır. Sokrat çok haklıydı: cahilliği kabul etmek bilgeliğin başlangıcıdır ve birey ancak sınırlı güçleri olduğu gerçeğinden hareketle kendi sınırlarını zorlayabilir. Mitolojide yer alan efsanelerin haklı olarak gönderdikleri uyarı, gereksiz gurur ve kibirden kaçınmaktır.

Ama bir yandan bu efsanelerin tasvir ettiği isyanlar hem yaratmaya hem de iyiye yöneliktir; efsaneleri sadece insanın ölümlülüğünü kanıtlayan ufak öğütler olarak görmek oldukça yanlış olur. Onlarda gözlerini dünyaya yeni açan bir çocuğun ruhsal gerçekliği vardır. Kendi gücünü algılamaya başlayan çocuk kendini her zaman, ister tanrı olsun isterse anne baba, başta ve güç sahibi olanlarla potansiyel bir mücadele içinde bulacaktır. Dünyayla yeni tanışmış bir varlığın sorumluluğa, özgürlüğe ve vicdan kavramına ulaşmasında tek yol olan bu isyan neden bu kadar lanetleniyor o halde?

Efsanelerde söz konusu olan, asırlardır süregelen otorite yeni yaşam savaşıdır. Yepyeni bir canlılık, hali hazırda geçerli olan inanışları ve gelenekleri yıkar ve gelişen insan için olduğu kadar iktidardaki güç için de korkutucu ve kışkırtıcı bir çehreye bürünür. Orestes'de ve Oedipus'da gördüğümüz gibi, 'yeni'yi temsil edenler taşlaşmış otoriteyle amansız bir kavgaya tutuşurlar. Adem için de prometheus için de daha ileri gitmenin ürkütücü bir bedeli vardır ve dolayısıyla onlar da olayları daha zorlamak konusunda tereddütlüdürler. Mitlerin içerisinde yalnızca insanın cesur yüzüyle konuşmakla kalmıyoruz, özgürlüğü rahatlığa tercih eden yanıyla da tanışıyoruz. İyiyle kötüyü öğrenmek uğruna Adem ebediyen çalışmayı, Havva ise cinsel arzularından bağımsız olamamayı kabullenebiliyor. Gerçek şu ki, bizi ayakta tutan yaratmaya ve üretmeye olan bitmeyen açlığımızdır ve bunu çeşidi ne olursa olsun çalışmakta buluruz. Çalışmanın ceza olması mı? Kulağa tuhaf geliyor. Öteki konuya gelince, bireyin cinsellikten kaçmayı arzulayan yanı endişe ve komplekse kapılmış yanıdır. Bunu Orestes de yapmıştı, iç bunalımlarını sona erdirmek için. Endişe ve suçluluk duygusu insana en fazla acıyı çektirip, yanlarında en olmadık sıkıntıları getirebilirler. Ama şimdi soruyorum size: Her şeyin, en önemlisi kendisinin farkında, yaratıcı bir birey mi yoksa hiçbir şeyden habersiz bir bebek olmayı mı tercih ederdiniz?

Dini geleneklerin - gerek Yunan medeniyetinde, gerek Hıristiyanlıkta, gerekse Musevilikte- en katı kuralcı yönleri sözünü etmekte olduğumuz efsanelerde ortaya çıkmaktadır. Kulağınıza çarpan ses, kıskanç ve acımasız tanrı Yehova'nın, çocuğunu kıskançlık uğruna ormanda kurtların arasına bırakan Oedipus'un kral babasının, genç nesli ezmek için yanıp tutuşan rahibin ya da aşiret reisinin sesidir. Bu seslerin hepsi büyümenin karşısında; dogmatik inançların ve katı kuralların emrindedir.

Her toplumun iki perspektife de ihtiyacı vardır. Denge, yeni oluşumların yanı sıra eski kurumların da kökleştirdiği değer yargılarının ortasında yatar. Toplumları uzun süre yaşatan etken, eski ve yeninin, değişkenlik ve durağanlığın, var olan kurumlara saldıran dinlerle eskiyi koruyan dinlerin beraberliği ve ayrılmazlığı olmuştur.

Fakat bizim sorunumuzun boyutu biraz farklı. Biz günden güne "ayak uydurma" yoluna kayıyoruz. Radarla yönetiliyormuşçasına, birey, cemiyetin ondan beklediklerini gerçekleştirebilmek için grup standartlarına uyum sağlamaya çabalıyor. Ahlak anlayışı da giderek "boyun eğme"yi karşılar duruma geliyor. Yani kilisenin diktasına ya da toplumun otoritesine boyun eğdiğiniz nispette ahlaklı oluyorsunuz. Bu düşünceden hareketle Adem'in efsanesini yorumlayacak olursak, olayın boyun eğmeyi nasıl mantığa bürüdüğünü fark etmek kolaylaşır- Adem "Tanrı"nın kuralına itaat etseydi, cennetten kovulması söz konusu bile olmayacaktı. Zora düştüğümüz anlarda, cennetin son derece konforlu, tasasız, endişeden uzak bir yer olması nedeniyle bu mantık bize olduğundan çok daha çekici gelecektir.

O halde özlük bilincinden uzak durmaya prim verilmiş olmuyor mu? Ne kadar sorgusuz sualsiz itaat ve ne kadar az bireysel sorumluluk varsa o kadar mükemmel görünüyor her şey!

İtaat etmenin ahlaki yönü nedir? Eğer amaç yalnız itaat olsaydı, köpekler iyi ahlaklılığın tüm şartlarını rahatça yerine getirirdi. Hatta iyi ahlak konusunda bir köpek sahibinden kat kat üstün olurdu; ne de olsa köpeklerin nörotik bir krize girme, bağımlılığa isyan etme gibi bir riskleri bulunmuyor. Peki sosyolojik açıdan ele alırsak, kabul görmüş sosyal normlara ayak uydurmanın ahlaki boyutu ne? 1900 yılında sosyal normlara harfiyen uyan birinin cinsel dürtülerinin inanılmaz derecede bastırılmış olması gerekirdi; 1925'te aynı birey biraz daha aykırı görülürdü; 1945'te ise Kinsey Raporunun ifade ettiği biçimde davranıyor olurdu. İsterseniz standartlara veya dini emirlere 'kültürel değer' damgası vurup onları yüceltin, bu ayak uydurma tavrında ahlaki olan ne, hala bunun cevabını vermediniz. Bu tür davranışın insan ahlakı olgusunun özüyle tezat oluşturduğu oldukça açık.

Ahlaki duyarlılık ve yerleşmiş sosyal kurumlar arasındaki çatışmanın en hoş sergilendiği eserlerden biri Dostoyevski'nin "Yüce Yargıç" adlı hikayesidir. İsa bir gün dünyaya geri gelir, sessiz sedasız insanları iyileştirmeye koyulur ve herkes onu tanır. Zaman, İspanyol Engizisyonunun erkinin doruğunda olduğu bir dönemi göstermektedir. Engizisyonun Başyargıcı yaşlı Kardinal, İsa ile yolda karşılaşır ve onu hapse attırır.

Gece yarısı Kardinal İsa'yı hücresinde ziyaret edip ona dünyaya geri dönmesinin büyük bir hata olduğunu anlatır. Kilise on beş asırdan beri İsa'nın insanlara tanıdığı özgürlüğü yok ederek ölümcül bir yanlışı düzeltme savaşı içindedir

ve İsa'nın her şeyi tekrar mahvetmesine kilise izin vermeyecektir. Yargıca göre İsa'nın hatası eski kuralların doğruluğunu savunacağı yerde 'neyin doğru neyin yanlış olduğuna karar vermekte insanları özgür bırakmasıdır; bu insanın taşıyabileceğinden çok daha ağır bir yüktür.' İsa'nın insana fazla değer verdiğini savunur yargıç; ona göre insanlar aslında kendilerine çocuk gibi davranılmasını istemektedirler ve boyunduruğu altına girecekleri bir "otorite" ve bir "mucizenin" peşindedirler. "Sen Şeytanın yaptığından örnek alıp onlara sadece ekmek vermeliydin. Ama sen yine de özgürlüklerini bıraktın onlara. Söyle bana, ne işe yarar özgürlük şayet ekmek ile itaat satın alınabiliyorsa?. . . Ama en sonunda yalvaracaklar bize, 'Bizi köleniz yapın ama yeter ki ekmek verin.' diye. Unuttun mu ki insan iyiyi ve kötüyü bilmektense huzuru, hatta ölümü tercih eder."

İsa'nın özgürlük yolundan gidebilecek kahramanlığı gösterecek, güçlü karakter sahibi insanların sayısının çok çok az olduğundan söz eder Kardinal. İnsanların en fazla aradığı şey, bir karınca yığını gibi uyumlu ama kimliksiz olabilmektir. ". . . Sana söylüyorum, bunların en büyük kaygısı özgürlüklerini teslim edecek, makus talihlerinden kurtulmalarını sağlayacak birisini bulmaktır. Kilise önerdikleri bu hediyeyi kabul etmeye hazır: Karılarıyla veya metresleriyle yaşamalarına ya izin vereceğiz ya da bunu yasaklayacağız; çocuk sahibi olup olamayacaklarını söyleyeceğiz; itaat edip etmediklerine bağlı olarak bunun kararını vereceğiz ve de onlar kendilerini mutlulukla bizim ellerimize bırakacaklar . . . çünkü biz onları özgürce seçim yapma zahmetinden kurtaracağız." Yaşlı yargıç biraz da üzgünce son sorusunu sorar: "Sen neden bizim işimizi bozmaya geldin?" Yargıç İsa'ya ertesi gün yakılacağını söyleyerek hücreden ayrılır.

Dostoyevski'nin demek istediği, Katolik veya Protestan ayrımı yapmaksızın yargıcın tüm dinler adına konuştuğu değildir. Onun vermek istediği mesaj, dinin insan hayatının canlılığını köstekleyici yanıdır. Dinin içinde öyle bir element vardır ki, bu insanları cansız bir karınca yığınına dönüştürmeyi, köleleştirmeyi ve yığınların bir kap yemek uğruna en değerli şeylerini vermesini beklemektedir.

Etrafında hayatını bir bütüne oturtabileceği bir değer yargıları kümesi arayanlar, bunu başarmanın kolay bir yolu olmadığını er ya da geç anlasalar iyi olur. Özgürlüğün taşınamayacak kadar ağır bir yük olduğunu düşünenler açısından, dine dönmekle yeniden aileye sığınmak arasında bir fark yoktur. Ahlak ve din arasında iki kat daha kalın bir çizgi vardır, aynı kalın çizgi aile ile çocuk arasında da mevcuttur. Amos, İsaiah, İsa, Spinoza, Lao-Çe, Sokrat, St.Francis ve sayısız diğer ahlakbilimciyi düşünün. Bu bireylerin hepsi dini geleneklerin ortasında doğmuş ve yetiştirilmişlerdir. Öte yandan, ahlaki konularda hassasiyet gösterenler ve dini kurumlar arasında da amansız bir savaş vardır. Ahlaki sağduyuya varmanın bir yolu da hali hazırdaki değerlere karşı gelmektir. Sina Dağı'ndaki bir ayin sırasında İsa tekrar tekrar bir şeyin altını çizer: " Size söyleyeceklerimi eskiler de bilirler ama ben yine sizlere söylüyorum. . ." Ahlaki açıdan hassas olan bireyin dilinden eksik etmediği sözlerdir bunlar: "yeni şarap eski şişede saklanmaz, saklanırsa şişeler patlar ve şarap yerlere dökülür." Orijinal bir ahlak sistemini bulmak adına geleneksel sistemin hukukunu hiçe sayanlar Sokrat, Kierkegaard ve Spinoza gibi ahlaksal yönden yaratıcılıklarını kanıtlamış şahıslardır.

Genelde mücadele hep kiliseye karşı verilir; buna karşılık kilise öteki tarafı dinin düşmanı ilan eder. ""Tanrı"nın delirtiği" filozof Spinoza aforoz edilmiş; Kierkegaard kitaplarından birinin adını "Hıristiyanlığa Saldırı" koymuş; İsa ve Sokrat toplumun ahlaki düzenini bozdukları gerekçesiyle öldürülmüşlerdir. Aslına bakarsanız, bir dönemin en büyük din figürlerinin bir evvelki dönemde ateistlikle suçlanması son derece ilginçtir.

Günümüzde ise dinsel kurumlara savaş açanların başında Nietzsche gelir, onun Hıristiyanlığa olan suçlamaları öfkeyi de içinde barındırır. Freud da dini basit bir çocuksu bağımlılık olarak değerlendirir. Teorik içeriği ne olursa olsun, bu fikirler insanın huzuruna ve tatmin olmasına dair samimi bir ilgiyi yansıtır. Her ne kadar bazı filozofların fikirleri dine kökten düşman olarak algılansa da - ki bazıları hakikaten dine tamamen karşıdır-, inanıyorum ki gelecek kuşaklar Freud ve Nietzsche'nin ahlaki sağduyuyu geliştirmeye yönelik çalışmalarından çok yararlanacaklar ve böylece din bu insanlar sayesinde etkisini kuvvetlendirecek.

Örneğin, John Stuart Mill babası James Mill'in dini "ahlakın en büyük düşmanı" olarak gördüğünden bahseder. İskoçya'da bir Presbiteryen teoloji okulunda eğitim gören baba Mill, kadercilik anlayışında belirtilenlere inanmayı reddettiği için kiliseden temelli ayrılmıştır. James Mill "Tanrı"nın insanlara hiçbir seçme şansı tanımadan onları yakmak ve cezalandırmak için bir cehennem yarattığı tezine bütün kalbiyle karşı çıkmıştır. Ona göre din, "ahlak değerlerinin kalitesini bozmuş, olan biten her şeyi bir varlığın iradesine kilitlemiş ve üstüne üstlük lafta bu varlığı göklere çıkarmasına rağmen derinlerde temele nefret dolu bir ruhu oturtmuştur." On dokuzuncu yüzyılın "kafiri" tiplemesine atfen Mill bir noktayı daha ilave etmiştir:

"İçlerinde en iyileri . . . kelime manasıyla kendilerine dindar sıfatını layık görenlerden kat kat daha dindardırlar."

Rusların Ortodoks ilahiyatçısı Nicolai Berdyaev, Mill'in değindiği tüm sadist doktrinlere aynı şekilde sert çıkışlarda bulunur ve şu hususu özellikle vurgular: "Hıristiyanlar ne denli dindar olduklarını göstermek için eğilirler, yüzüstü yere kapanırlar, kutsal objelere ellerini, yüzlerini sürerler; bütün bunlar aşağılanmanın ve köleliğin sembolleridir." Tarihe damgasını vurmuş ahlaki öğretileri getiren her peygamber gibi o da "Tanrı adına Tanrı ile savaşacağına" söz vermiş ve eklemiştir: "Ben Tanrı adına isyan ediyorum. O ki bana yargılama ve muhakeme gücü verdi. . ."

Adem ile Yehova, Prometheus ile Zeus, Oedipus ve babası, Orestes ve baskıcı annesi. . . Bu ikililer arasında yaşananlar ortak bir temanın etrafında toplanmıştır. Sözünü ettiğimiz, değişik bir boyutta da olsa ebeveynler ve çocuk arasında var olduğunu keşfettiğimiz motif değil midir? Ya da daha kesin konuşmak gerekirse, bu her insanın kişilik bilinci, olgunluk, özgürlük ve sorumluluk uğruna yaşadığı ve sırf ana babanın gölgesinden kurtulmak için katlandığı ikilem değil midir?

DİN - GÜCÜN KAYNAĞI MI, ZAYIFLIĞIN MI?

Dinle veya bireysel bütünlükle ilgili her çeşit tartışmada sorulan soru dinin bireyi sağlıklı bir ruh yapısına mı, yoksa nevroza mı sürüklediğidir. İyi ama hangi din ve bu din nasıl kullanılacak? Freud dinin bireysel bir saplantı olduğunu iddia ettiğinde hatalıydı. Bazı dinlerin ideolojisi saplantıdır; bazısınınki değil. Hayatın herhangi bir parçası saplantıya dayalı nevrozun nedeni olabilir: Gerçek hayatın endişelerinden kurtulup uyumu aramak ya da gerçekleri daha iyi kavramak

için felsefe uygun bir kaçış yolu olarak denenebilir. Duygusal belirsizlikten uzaklaşıp görünene sığınmak için bilim gayet dogmatik bir inanç halini alabilir ama bilim açık fikirli bir beynin mutlak doğruyu algılamasına da yardım edebilir. Bilime olan inanç toplumumuzda daha kabul edilebilir görülüp pek fazla sorgulanmadığından, bilim inancı bir şeylerden kaçmak için dinden daha fazla kullanılıyor. Freud'un haklı olduğu tek nokta olayın teknik yönüydü: Din bizi bağımsız mı kılıyor yoksa bebeksi acizliğimizi mi berkitiyor?

Din sayesinde ruhun huzur bulduğunu söyleyenler de yanılıyorlar. Bazı dinler insana huzur verebilir ancak bazıları ise böyle bir misyondan özellikle kaçınır. Şimdiye dek ettiğimiz üstü kapalı lafların arasından dinin en gerçek anlamını çekip çıkarmak çok daha zor. Biz çoğunlukla dini teorik bazda irdeliyoruz; oysa bireyin yaşamıyla din arasındaki organik ilişki bize daha fazla şeyler ifade etmeli.

Ortaya attığımız sorular şunlar: Herhangi bir bireyin dini, bireysel iradeyi kırıp bireyi çocukluk evresinde sıkışık bırakarak özgürlüğünden kaçmasına mı neden olur? Yoksa özgüvenini ve kendisine duyduğu sevgiyi perçinleyerek sınırlarını kabullenmesini mi sağlar? Güçlerini geliştirmesine, diğer insanları sevmesine, sorumluluk üstlenmesine ön ayak olur mu? Bu soruları cevaplamadan evvel, din ve bağımlılık arasında bir bağıntı kurmak zorundayız.

Bir anne ve kızı, kız daha çok küçükken kızın kaderinin "Tanrı" tarafından belirleneceği fikrinde birleşirler. Ayrıca "Tanrı"nın yönlendirmesinin annenin duaları aracılığıyla kıza iletileceğine de inançları tamdır. Böyle bir anlaşma sayesinde annenin kız üzerinde nasıl bir baskı kurabileceğini hayal etmek bile tüyler ürpertiyor! Söyleyin, bu kız otonom kararlar vermeyi nasıl öğrenebilir? Eş seçimini dahi tek başına yapamazsa nasıl herhangi bir işte kendi kapasitesini kullanıp sınırlarını keşfedebilir? Verdiğim örnek size abartılı gelebilir ama bu anne kız Evangelist mezhebine mensup ve bu mezhep düşünce kalıplarını mantığa bürüme gibi bir zahmete girmiyor. Görülüyor ki, insan bir kere kendini "Tanrı"nın sesi ya da ortağı gibi görmeye başlayınca diğer insanlar üzerinde kurduğu hakimiyet engel tanımıyor.

Eğer birey psikoterapi seanslarında anne babanın baskısından sonsuza dek kurtulmasını sağlayacak bir dal arıyorsa, dini bu tarzda kullanmaya daha meyilli olabiliyor. O zaman da ebeveynler çocuğun anne babadan kopmamasının dini bir yükümlülük olduğu tezine sarılıp, bu seçimin "Tanrı'nın emriyle gerçekleştiğini savunuyorlar. Terapi gören hastaların çoğu terapi süresince anne ve babalarından İncil'den alınma cümlelerle dolu mektuplar alırlar. Mektuplarda en sık geçen sözlerden biri de 'Anne ve babana saygıda kusur etme.' cümlesidir. İsa'nın Yeni Ahit'te sunduğu çok değerli bir öğreti ise tamamen göz ardı edilmiştir: ' insanın hakiki düşmanı kendi hane halkından olacaktır.'

Her aile, çocuğu için en iyiyi vermeye uğraştığını, yalnızca çocuğun potansiyelini düşündüğünü söylerken çocuğun bilinçaltında hazır bekleyen ihtiyaçlarından habersizdir. Çocuklarının ancak ve ancak kendi kontrolleri altında kapasitelerini doldurabileceğine inanmaları onların niyetlerinin göründüğü kadar masum olmadığını gösterir. Oğlun veya evin kızının giderek bağımsızlaşması ebeveynlerde ciddi endişelere yol açar çünkü çocuklarının potansiyeline inanmayı asla istemezler. Otoriteleri karşılarındakini koşulsuz teslimiyete boyun eğdirmek pahasına da olsa, ipleri gevşetmeye yanaşmazlar.

Kendi kanatlarıyla uçmayı öğrenme aşamasındaki bir insan için geçirdiği bunalımların en ciddi tarafı ebeveynlerin kontrolüne karşı geldiği takdirde bir tür psikolojik ölüme sürükleneceğini sanmasıdır. Aklı zaten bu özgürlük savaşında endişe ve suçlulukla karışmış haldedir. Bu safhada bireyler, aynı Orestes'in gördüğü türden genelde suçlu olduklarını hissettikleri ama yine de yollarına devam etmelerini söyleyen rüyalar görürler. Bu bireylerden biri, bir gece rüyasında aslında suçu olmadığı halde Senato'da senatör McCarthy tarafından suçlu bulunduğunu anlatmıştır.

Başka birilerinin gücüne esir düşmeyi kolaylaştıran en önemli neden, bireyin sürekli bakıma muhtaç olduğunu hissettirmesi ve bir bebeğe gösterilen ilgiyi devamlı aramasıdır. Yani birey farkında olarak ya da olmayarak karşısındakinin ellerine kendini bırakıverir. On yılı aşkın psikoterapi deneyimlerime dayanarak ifade edebilirim ki, bana gelen insanların aşağı yukarı yarısı dindar bir geçmişe sahipti veya mesleği gereği dinle iç içeydi. Toplumumuzda verilen dini eğitimin şekline ışık tutabilecek bir takım yararlı izlenimler edindiğimi sanıyorum. Bu izlenimleri şu anda aktarmak istememin iki nedeni var. Birinci neden, dine önem veren fakat dinin (ya da herhangi bir geleneğin) nörotik bir krize yol açacak yanlarından kaçınmayı isteyen okurlara yardımcı olmak. İkinci neden ise, dinle yakından bir ilişkisi olmayan ama her koşulda dinin insan ruhunu besleyen ve ona zarar veren yönlerini öğrenmeyi arzulayanların bir fikir sahibi olmalarına katkıda bulunmak.

Edindiğim izlenimlerde dini geçmişe sahip bireylerin kendileri ve yaşamlarıyla ilgili bir şeyler yapmak için ortalamanın üstünde bir gayret içinde olduklarına şahit oldum. Fakat ayrıca bu şahısların "tanrısal anlamda kendilerine birilerinin bakması zorunluluğu"nu hissettiklerini anladım. İki tavrın ne denli zıt oldukları açıkça belli oluyor. Burada gördüğümüz tezatlığın bir anlamda dinin zıt iki yönünü simgelediğini de söyleyebiliriz. İlk tavır için yorumda bulunmaya gerek yok; tamamen hayatın anlam ve değerinin bireysel güvenle birleştirildiğine tanık oluyoruz, birey hayata karşı yapıcı ve olgun bir dini anlayış kazandıracak davranış içine giriyor. Terapide enerjiyi de bu tür bir yaklaşımla sağlamak hayli olası.

Ne var ki bireyin tüm ihtiyaçlarının başkası tarafından karşılanmasının ilahi bir hak olduğunu savunmak çok farklı bir olay. Böyle bir tutum terapinin başarısını tehlikeye sokmakla kalmayıp genel olarak yaşamla kurulacak bağlantıyı da olumsuz etkiliyor. Bu insanlara sürekli bakılma ihtiyacı hissetmelerinin çözüme kavuşturulması zorunlu bir sorun olduğunu anlatamazsınız. Deneyecek olursanız, size karşı düşmanca tavır aldıklarını ve onlara bahşedilmiş bu "ilahi hakkı" önemsemediğiniz için kendilerini kapana kısılmış hissettiklerini göreceksiniz. Tabii, size de kendinizi bildiniz bileli her pazar ayininde "Tanrı size bakacak ve sizi koruyacaktır." denseydi, siz de hiç şüphe yok aynı tepkileri verirdiniz. Ama daha derinden incelersek bakılma ve korunma isteği - en ufak bir müdahalede bireyi bu kadar saldırgan yaptığına göre- daha çetrefilli bir takım şeylerden kaynaklanmaktadır. Bana kalırsa bu istek devinimini bu bireylerin geçmişte hep bir şeylerden vazgeçmek zorunda kalmalarından alıyor. Güçlerini asla tam olarak kullanmamaları dikte edilmiş onlara. Tüm ahlaki değerleri kafalarına ebeveynleri empoze etmiş. Ayrıca bu yazısız kontratın diğer yarısında da kayıtsız şartsız anne babaya bağlılık sözü verilmiş, aynen bir kölenin sahibine bağlandığı gibi. Dolayısıyla, ebeveyn veya ebeveynin yerini tutan "Tanrı" ya da terapistten bekledikleri

o özel ilgiyi görmeyince kapana kısılmış gibi hissediyorlar.

Öğrendikleri tek şey, mutluluğun ve başarının "iyi olmaları" yani itaat etmeleri halinde kendilerine verileceği olmuş. Ama biraz önce de altını çizdiğimiz üzere, sorgusuz bir itaat bireyin ahlaki bilincinin gelişmesini kösteklemekle kalmayıp içindeki gücü de azaltıyor. Dış kaynaklı söylemlere itaatte kusur etmeyenler uzun vadede sorumluluk gerektiren kararlardan kaçınmaya, vicdani duyarlılıklarını yitirmeye başlıyorlar. Kulağa garip gelebilir fakat en sonunda bu bireylerin iyiliğe ulaşma ve bunun getireceği sevinci yaşama istekleri yok oluyor. Spinoza'nın dediği gibi, erdemin ödülü mutluluk değil bizzat erdemli olmanın kendisidir. Ahlak konusundaki oto kontrolü elinden alınmış birisi haliyle erdemli olabilme ve mutluluğu yakalama gücünden de vazgeçmiş sayılır. Bundan dolayı her an öfke dolu oluşuna hayret etmemek gerek.

Bu insanların nelerden vazgeçtiklerini daha iyi görmek için "itaat ahlakı"nın ve "benliği arka plana atmak suretiyle iyi olma"nın modern kültürde nasıl bir yer edindiğine bakmamızda yarar var. Geriye dönüp baktığımızda bu düşünce kalıbının başlangıcını sanayileşme ve kapitalizmin ortaya çıkış yıllarında buluyoruz. Mekanik kalıplaşmaya uymak, iş ve tutumluluk kurallarına boyun eğmek, o zamanlarda hem sosyal hem de ekonomik zaferi getiren unsurlardı. Kısaca itaat kurtuluşu sağlıyordu da diyebiliriz bu periyot için. İlk Quaker'ların ve Püriten'lerin işe dair yazdıkları eserleri okumanızı öneririm; bu kitaplarda ekonomik ve ahlaki tutumların nasıl bir uyumla işe yaradıklarının açıkça farkına varabilirsiniz. "Quaker doları" denen şey, orta sınıfta devamlı itaatin sonucunda oluşan öfkenin yatıştırılmasında çok etkili olmuştu.

Ama artık zaman değişti; günümüzde yatağa erken girip sabah erken kalkmak belki hala insanı sağlıklı yapıyor olabilir ancak zengin ve akıllı yaptığının pek garantisi yok. Benjamin Franklin'in savunduğu iki prensip olan, aşar (gelirin yüzde on'u oranında kiliseye yapılan bağış) ve işe gösterilen sadakat başarıyı getirmiyor artık.

Dindar bireyler, rahipler veya profesyonel anlamda dinin içinde olanlar paraya dair gerçekçi bakış açısından giderek uzaklaştılar. Her tür ödemeden ve maaştan uzak durmaları öğüdünü aldılar. Birçok dini çevrede paradan konuşmak bugün bile "onursuz" bir davranış olarak nitelendiriliyor. Ben bunu, tuvalete giderken tuvalete gittiğimi çaktırmamak için uğraşmaya benzetiyorum. Aslında ortada, yapılan somut bir faaliyet vardır ama nedense herkes öyle bir şey yokmuşçasına davranır. Din görevlileri daha yüksek ücret istemek türünden bir hakları olmadığının farkındalar. Onlara bakmakla yükümlü bir kilise var; hemen hemen tüm mağazalarda ve ulaşım araçlarında indirimli statüsünden yararlanıyorlar; ilahiyat okullarının ücreti tüm kolejlerden daha düşük. Tüm bunlar din görevlisinin kendine duyduğu ve toplumun ona duyduğu saygıyı kuvvetlendirmek için düşünülmüş şeyler. Din ile yakından ilgili insanların maddi durumlarını güvenceye almak adına herhangi bir kaygı taşımamaları toplumun başka bir varsayımını daha gözler önüne seriyor: Eğer "iyi" iseniz otomatik olarak her türlü maddi ihtiyacınız karşılanır, yani "Tanrı" size bakmayı garanti eder.

İtaat etmeyi bir yaşam biçime getirip benlik kontrolünü feda etmiş insanlar eninde sonunda, bırakın mutluluğu, bunun maddi karşılığını da göremezlerse öfkeli ve isyankar olmaları doğaldır. Bu öfke de devamlı birisi tarafından bakılma gereksinimini doğurur. Kişinin aklından şunlar geçer: " Eğer her şeye boyun eğersem bana bakacaklarına, her ihtiyacımın karşılanacağına söz vermişlerdi. Bakın, ne kadar itaatkarım, o halde niye benimle kimse ilgilenmiyor?"

"Birisi tarafından bakılmanın ilahi bir hak olduğu inancı" insanda başkaları üzerinde güç kullanabileceği hissine neden olur. Nasıl o kendinden daha yüksekteki birinin emirlerine bakımını garantiye almak için eksiksiz uyuyorsa, kendinden aşağı konumdaki birisi de onun ilgisinden yararlanabilmek için ona itaat etmek durumundadır. Başkasına buyruklar yağdırmak o birey üzerinde güç kullanmaktan başka nedir ki? Bu fenomenin daha sadist bir versiyonunu erkek kardeşiyle beraber yaşayan ve işi onu her pazar günü vermek üzere harçlığa bağlamaya dek götüren genç adamın hayat hikayesinde görüyoruz. Yaşı hiç de küçük olmayan erkek kardeşine neden bu şekilde davrandığı sorulduğunda genç adam şu yanıtı vermişti: "Ben kardeşime bakmakla yükümlü değil miyim?"

Baskın ve silik bir karakter yapısının neden hep yan yana gittiğini, sadizmin öteki yüzünün mazoşizm olduğunu burada detaylıca açıklamaya lüzum görmüyorum. Dikkat edilecek tek husus, sürekli ilgi ve bakım arayanların aynı anda başkaları üzerinde baskı kurmayı istiyor olmalarıdır. Goethe bu psikolojik gerçeği çok güzel belirtir:

. . . zira her biri, yönetecek güçten yoksun
Kendi iç benliğini, yine de pek meraklıdır idare etmeye
Komşusunun iradesini; kendi mağrur benliği
Devamlı boyun eğiyor olsa da.

Dine dayalı bağımlılığın beslediği başka bir eğilim ise kendini başkalarıyla özdeşleştirerek prestij, güç ve gurur gibi duyguları tatmaktır. Kişi genelde kendini hep bir rahibin, hahamın, vaizin, piskoposun ya da hiyerarşide kendisinden yukarıda yer alan, itibar ve güç sahibi birinin yerine koyar. Bu sadece dinle sınırlı kalan bir eğilim değildir elbette; politikadan iş hayatına sosyal yaşamın her alanında böyle düşünceler yaygındır. Biz buna psikoterapi dilinde zihinsel transfer (transference) diyoruz. Zihinsel transferin en bariz belirtisi, diğer pek çok davranış biçiminin yanı sıra, şayet terapist ünü yaygın biriyse kendini terapistin yerine koymaktır. Terapide bireyin öncelikle terapisti normal birisi gibi, gerçek haliyle algılaması ve arzuladığı prestiji kendi aktivitelerine bağlaması sağlanır. Dinde bu eğilimin orijini daha da derinlerdedir. "Kefaret" ve "başkasının günahlarına kefilen acı çekmek" türü kavramların çarpıtılmış yorumları, söz konusu eğilimi güçlendirmiştir. Sanki herkes kendinin nerede olduğunu bilmeden başkasına vekaleten yaşıyor gibidir. Hıristiyanlığın sevgi anlayışının insanların zihinlerinde nasıl çarpıtıldığı hayret vericidir. Herkes adeta şu fikirde birleşmiştir: "Eğer sen benim sorumluluğumu üstlenirsen, ben de seninkini üstlenirim."

Dinin nörotik boyuta taşan kullanımlarının ortak bir yönü vardır: birey bu kullanımlar sayesinde yalnızlığından ve kaygılarından kaçma olanağına kavuşur. Auden deyişiyle "Tanrı"dan "kozmik bir baba" figürü yaratılmıştır. Böyle bir durumda din, farkındalığın önünü tıkayan bir mantığa bürünme mekanizması görevini görür. Konuya ciddi yaklaşanlar için bu farkındalık büyük bir korkuyu beraberinde getirebilir. Ne de olsa birey aslında tek başınadır ve tek başına kararlar vermekten kaçış yoktur.

"Tanrı"ya dönmemizin nedeni kendi yalnızlığımızı ve korkularımızı unutmaksa, din bize olgunluğa ve güçlülüğe ulaşmakta yardım edemeyecektir, hatta uzun vadede bir güvence bile sağlamayacaktır. Paul Tillich dini bakış açısıyla

yazdığı makalesinde umutsuzluğun ve endişelerin, birey onlarla cesurca yüzleşmediği takdirde aşılamayacağını vurgular. Bu yargı şüphesiz psikolojik anlamda da geçerlidir. Olgunlaşma ve yalnızlık hissinden kurtulma, başta yalnız olduğunu kabul etmekle başlar.

Ben sık sık Freud'un başarısının altında yatan önemli bir faktörün kırk yıl boyunca tek başına cesaretle çalışması olduğunu düşünmüşümdür. Ortağı Breuer'den ayrıldıktan sonraki ilk on yıl boyunca Freud, kendini gelişmeye ve kendi başına üretken bir biçimde çalışmaya adamıştır. Freud'un psikanaliz dalındaki keşiflerinde yanında hiçbir ortağı veya meslektaşı olmamıştır.

Doğan bir ihtiyaca birey "Hayır" diyebiliyorsa, başka bir deyişle bakılmaya gerek duymuyorsa, o birey ayakları üzerinde durabilecek cesarete kavuşmuş demektir; artık otorite sahibi biri gibi konuşabilir. Spinoza'nın kilisenin ve toplumun aforozundan kaçmayı reddetmesi kendi benliğinde bütünsellik yolunda kazanılmış bir zafer değil midir? Eğer yalnızlığa karşı verilen bu savaş kazanılmasaydı, bütün zamanların en muhteşem eserlerinden biri olan "Etik" yazılabilir miydi?

Spinoza beynimizin bataklıklarla dolu, dine bağımlılığa esir düşmüş patikalarında taze bir rüzgar estiriyor aniden: "Tanrıyı seven birey "Tanrı"dan karşılık olarak onu sevmesini beklememelidir." Bu inanılmaz cümlede yürekli bir adamın sesi yankılanıyor, erdemin mutluluk olduğunu bilen, güzellik ve doğrunun onları seven sanatçı veya filozofların itibarını arttıracağı için değil, yalnızca iyi şeyler oldukları için sevilmesi gerektiğini anlamış bir adam bu.

Spinoza'nın cümlesinden onun şehit olmayı çağrıştıran fedakarlık ve mazoşizmi savunduğunu anlıyorsanız özü hepten kaçırdınız demektir. O tam aksine, bir şeyi veya bir kimseyi kendi güzelliğinden ötürü sevmeyi, yani objektif, olgun ve huzurlu bir insanın en temel özelliğini savunurken sahte itibar uğruna sevgiye tutunmanın çirkinliğinden kaçıyor.

Yalnızlıkla ve endişeyle yapıcı biçimde yüzleşmenin de yolları vardır kuşkusuz. Bunu "kozmik baba"nın ilahi mekanizmasıyla gerçekleştirmek ne denli zorsa gelişim sürecindeki krizleri irdeleyerek başarmak da o kadar kolay ve yerinde olur. Bağımlılıktan özgürlüğe geçişte, kapasitemizi kullanmayı öğrenirken, yaratıcı uğraşlar ve sevgi yoluyla başkalarıyla ilişki kurarak her şeyin üstesinden gelinebilir.

Söylediklerimiz dinde veya herhangi bir başka alanda otorite diye bir şeyin olmadığı şeklinde anlaşılmasın. Burada demek istediğimiz, otoriteyi bireysel sorumluluk anlayışıyla özdeşleştirerek düşünmek. Totaliterlik (otoritenin nörotik biçimi) birey kendinden kaçmak istediği oranda büyür. Örneğin terapilerde, hasta terapisti otoriter bir konuma yerleştirmeye yönelik özel bir endişe duyar. Bazen de terapistin yerini "Tanrı" veya ebeveynler alır: birey kendini ellerine teslim edecek birilerinin peşindedir. Neyse ki, terapistin "Tanrı" olmadığını kanıtlamak zor bir iş değildir ve hasta bunu anlayınca korkuya kapılmaz. Birey kendisiyle kavga etmeyi keser ve şu soruyu sorar: "Beni otoritenin kucağına iten ne? Hangi sorunumdan kaçmaya çalışıyorum?"

GEÇMİŞTEN YARATICI BİR ŞEKİLDE YARARLANMAK

Freud son yazdığı kitabının son paragrafında Goethe'den bir alıntıya yer verir:

Atalarınızdan miras kalan her neyse
Onu size ait olmak üzere edinin.

Şimdi, ahlaki ve dini geleneklere göre insanın atalarından nasıl bir şeyi devraldığını inceleyeceğiz. Bağımlılık sorununu açıklığa kavuşturmadan gelenekleri tartışmanın bir anlamı olduğunu sanmıyorum. Kişi ne kadar özgür olabilmiş ve ne denli birey bilinci edinmiş ise, geçmişten kalan geleneklerden istifade edip onları sahiplenmek için o oranda akla sahiptir. Eğer özgürlük tablodaki yerini alamamışsa gelenekler zenginleşme yerine engellenmeyi körükler. Kişi bunlara uyması gerektiğini bilir ama bireysel gelişimi için kullanmaz.

İkinci kısımda da değindiğimiz gibi, çağımızın hastalığı geçmişin bilge öğretileriyle olan yaratıcılığa dayalı bağlantımızı kaybetmiş olmamızdır. Henry Ford'un 1920'lere mal olan ünlü sözü "Tarih saçmalıktır." uzunca süre tartışılmıştır. Bu söylemin tartışma konusu edilmesi bile o yıllarda geleneklere karşı alınan tavrın yeterince açık bir göstergesidir. Fakat tarih bizim toplumsal bedenimizdir: biz o bedende yaşar, hareket eder ve var olduğumuzu anlarız. Kendimizi bu bedenden koparmak "Benim vücudum işe yaramaz bir saçmalıktır." demekle aynı yere çıkar.

Karakterine yerleşmiş özelliklerin kökünü geçmişinde arayamayan ya da arayıp da bulamayan insan günümüz insanının yakındığı 'bir yere ait olamama' sendromuna katlanmak zorunda kalır.

İster bir "aydın", ister karmaşık bir çağda yolunu arayan sıradan insanlar olalım, sorgulamamız gereken konu şudur: "Arada özgürlüğümüzden ve sorumluluk bilincimizden ödün vermeden, mirasını devraldığımız geleneklerle kendi benliğimiz arasında nasıl bir bağ oluşturabiliriz?

İlk prensibimiz açıktır: Benlik bilincimize ne oranda ulaşmışsak o oranda atalarımızın mirasını sahiplenebiliriz. Geleneklerin gücüne yenik düşenler, bireysel kimliklerini oturtmakta zayıf kalmış olanlardır. Bunlar geleneklere karşı ayakta kalamaz, dolayısıyla ya köle olur, ya kendilerini geri çeker ya da isyan ederler. Etki altında kalacakları korkusuyla Rönesans resmini incelemeyi reddeden modern ressamlar dediğim türden insanlara mükemmel bir örnektir. Kendi orijinalliğinizden hiçbir şey kaybetmeksizin geleneklerin içine gömülebiliyorsanız, benlik gücünüz olağanüstü demektir.

İşte gerek edebiyatta gerekse başka bir alanda, klasiklere düşen görev budur. Isaiah'ın eserlerine, Oedipus'a, Lao-Çe'nin "Yol"una bakın. Orada birbirinden kilometrelerce uzak kültürlerin bizim deneyimlerimizin sesiyle ruhumuzun derinliklerine indiğine tanık olacaksınız. Ruhunuzun içinde varlığından bile haberdar olmadığınız bir yerlerde yankılar uyanacak. Şairin ifadesiyle "Derinlerde bir şey derinliğin sesini çağıracak." Kişinin, bilincin derinliklerine indikçe diğer çağlarda yaşamış başka uygarlıklarla ortak yönler bulabildiği fikrine katılmak için Jung'un terminolojisindeki "Kolektif bilinçdışı" olgusunu derinlemesine araştırmanız gerekmiyor. Sofokles'in oyunlarının, Eflatun'un diyaloglarının, Güney Fransa'daki mağaralarda bulunan bizon ve rengeyiği resimlerinin, geçtiğimiz son beş senede yaratılan sanat eseri yığınının arasından sıyrılmasında bu faktörün payını unutmak olanak dışı gözüküyor.

Birey ne denli benliğinin derinlerine inebiliyorsa eserlerinde de o kadar yaratıcılık sergileyecektir. Bu sonucun bir paradoks olup olmadığını sorabilirsiniz, ne de olsa sayfalar boyunca aslında kimsenin kendi deneyimlerinde o kadar içten ve gerçekçi olmadığından söz edip durduk. O zaman şöyle bir yargıya varabiliriz: Karakterin orijinalliğini koruyarak ve

benlik bilincinden uzaklaşmadan deneyimleri yaşamak, tarihsel geleneklerin biriktirerek getirdiği zenginliğe açık olmakla mümkündür.

Sonuç olarak savaş bireysel özgürlükle gelenekler arasındadır diye bir şey yoktur. Konu, geleneklerin nasıl kullanıldığıdır. Eğer bireyin sorusu "Gelenekler benden ne yapmamı istiyor?" olursa birey geleneklerin otoriter tarafına yüzünü çevirmiş demektir. Burada geleneğin ne olduğu önemli değildir; On Emir'den biri olabileceği gibi, resimdeki izlenimcilik akımı da söz konusu olabilir. Geleneğin özü, böyle bir anlayışın sonucunda yalnızca zedelenmekle kalmaz, birey için sorumluluktan kaçma zemini de hazırlar. Ama eğer bireyin sorusu

"Gelenekler bana benim zamanımda insan hayatı ve sorunlarım hakkında ne öğretebilir?" ise, geleneklerde birikmiş olan bilgelik bireyin hayatını zenginleştirecek ve ona yol gösterecektir.

Dini geleneklerden bir şeyler öğrenmek için öncelik, dini tartışmaları "Tanrının varlığına inanmak" gibi iyice yıpratılmış münazara konularından kurtarmaya verilmelidir. "Tanrı"yı varlığı ya da yokluğu ispatlanabilir bir matematik kuralı haline sokmak, onu diğer birçok şeyin yanı sıra bir "obje" olarak görmek, bizim gerçekliği bölmeye olan hevesimizle ilgilidir. Zira Descartes sayesinde tanıştığımız ikilik bize her şeyi mekanik ve fizik kurallarına uyduğu takdirde kabul etmeyi öğretmiştir.

"Tanrı"nın bir varlık olarak, uzayın bilmem neresinde oturduğunu varsaymak çelişkilerle dolu ve kolayca reddedilebilecek primitif bir bakış açısıdır. Paul Tillich, yirminci yüzyılın ilahiyat dalında en değerli eserlerinden biri olarak kabul edilen bir kitabında, "Tanrı"nın varlığını kanıtlamaya çalışmanın "Tanrı"nın olmadığını savunmakla, yani ateizmle eş anlamlı olduğunu savunur. " "Tanrı"nın varlığını kabul etmek de reddetmek kadar ateistçe bir tutumdur. "Tanrı" var olmanın ta kendisidir, ayrı bir varlık değil.

Tüm dinlerin yapıcılığı savunduğunu iddia etmek olanaksızdır: din pekala yok etmeye programlanmış da olabilir. Nazilerin din anlayışını veya Engizisyonu hatırlayın bir kere. Teolojinin, felsefenin ve ahlakbilimin devamlı meşgul olduğu problem, pozitif bilimlerin de katkılarıyla, insan hayatı için hangi inançların yapıcı ve doğruya yöneltici özelliğe sahip olduğunu tespit edebilmektir. Psikoloji için din, bireyin var olduğunu algılamasında izleyeceği yollardan biridir. "Meyvelerinden onların ne olduğunu anlayacaksınız." Erich Fromm'un şu tezi çok kesin bir doğruyu ifade eder: "Bir mistiğin "Tanrı" inancıyla bir ateistin insana olan sadık güveni arasında çok az fark vardır. Hatta kendi acizliğinden ve "Tanrı"nın ulu kudretinden yola çıkarak dini inancını oluşturan Kalvinist'in de pek farklı şeyler düşündüğü söylenemez."

Önceki kuşakların ahlaki ve dini gelenekleriyle yaratıcı bir bağlantı kurulduğunda, birey kendinde yepyeni bir merak potansiyeli doğduğunu duyumsar. Modern toplumumuzda eksik olan şeylerden biri de hayret etme yeteneğimizdir. Peşimizi bırakmayan boşluk ve anlamsızlığın bir yönü de budur.

Hayranlıkla karışık merak pek çok biçimde dile getirilmiştir. Kant bu duyguyu şöyle anlatır: "İnsan yüreğini iki şey hayret içinde bırakır: kalpteki ahlak mahkemesi ve yıldızlı bir gökyüzü." Yıldızlı bir gökyüzünün insanın ağzını açık bırakacağı görüşünü Freud da desteklemiştir. Aristo'nun da dediği gibi dramatik bir tragedya izleyince tadılan korku ve acımanın o garip karışımı da hayret ve merak duygusunun türevidir. Din merak üzerine kurulmamıştır ama gelenekleri içerisinde hayreti ve merakı barındırır. Ressamın veya bilim insanının duyduğu hayret onun mesleğinin dini boyutudur oysa ki. Dini veya bilimsel görüşlere sıkı sıkıya saplanıp kalanlar dogmanın egemenliğine girip tüm hayret etme ve araştırma yeteneklerinden uzaklaşırlar. "Atalarının bilgeliğinin sırrına vakıf olanlar" ise özgürlüklerinden vazgeçmeden yaşama sevinçlerine güzellikler katar, yaşamın anlamına olan güvenlerini pekiştirirler.

Gördükleri her şeye hayret edenler çocuklardır; bu özelliğe yetişkinlerin arasında sadece olgunluğa ermiş ve yaratıcılıklarının doruğuna çıkmış olanlarda rastlanır. Mesleğin önemi yoktur; birey Einstein gibi bir bilim insanı ya da Matisse gibi bir sanatçı olabilir. Hayret etme, şüphecilik ve can sıkıntısının tam tersidir. Kişinin dorukta bir canlılığa sahip, ilgili, beklentiler içinde ve tepki vermeye hazır olduğunun belirtisidir. Temelde "açıklığın" davranışa dökülmüş biçimidir. Henüz anlaşılmamış, keşfedilmemiş deneyimlerin heyecanıdır. Merak etme ve hayret dürtüsünü muhafaza etmek kolay iş değildir. Joseph Wood Krutch "Hayret duygusu kendini çabuk tüketir." diye yazmıştır.

Yaşamda anlam ve önem taşıyan şeylerin bir fonksiyonudur hayret etmek. Trajik bir olayla dahi kendini gösterse, asla olumsuz bir deneyim değildir çünkü her hayret uyandıran şey hayatı zenginleştirmeye ve gözlüklerimizi genişletmeye yönelik bir amaç taşır. Goethe bu konuda "İnsanın ulaşabileceği en son mertebe hayret etmektir." diyerek görüşlerini aktarmıştır. "Eğer en temel fenomen bile onu hayrete düşürüyorsa bırakın hayret etsin, onun için daha büyük bir mutluluk ve tatmin olamaz . . ."

Hayret ayrıca alçak gönüllülüğü de takip eder. Burada alçak gönüllülük derken kibrin karşıt anlamlısı olan, bireyi pasif ve teslimiyetçi bir kimliğe büründüren aşağılık duygusunu değil, kendisine verilen ile cömertçe tatmin olup başkalarına da bir şeyler vermek için yanıp tutuşanların tutumlarını kastediyorum.(Tarihte önemli bir terim olan “fazilet” burada daha da zengin bir anlam kazanıyor. “Fazilet”i yüzyıllarca saptırıldığı üzere ”Tanrı”nın lütfu veya inayeti” ile karıştırmayın lütfen. Bir kuşun uçuşundaki zarafet ve uyumdan, cömert bir insanın faziletli davranışlarından, bir çocuğun hareketlerindeki güzellikle bütünleşen hoşluktan söz edebilirsiniz. “Fazilet” insana verilmiş bir şey, ortaya çıkan bir armonidir ve her defasında kalbi derin hayretlere sürükler.)

“Hayret etme, tevazu, fazilet” gibi sözcüklerden bireyin pasifliğini ve başkaları tarafından idare edildiğini ima ettiğimiz düşünülmesin. Toplum hep bu kavramları biraz da olsa olumsuz tasvirlerle somutlaştırmıştır. Bireyin yaratıcılığın vecdine “kendini kaptırması”ndan söz edilir; bireyin sevgilisinden veya inanışlarından bahsederken onlara “teslim olduğu” deyimi kullanılır. Halbuki, kimse ne bir yere düşer- aşka düşmek, aşık olmak-, ne cennetin tazıları tarafından kovalanır - dine teslim olmak-, ne de kendini aşarak müzik besteler - sürüklenip gitmek, kendini kaptırmak -. Görüyoruz ki, toplum insana edilgen özellikler atfetmeye çok hevesli. Hangi ressama veya besteciye sorarsanız sorun- hani bu bireyler kendilerini kaptırıp gidiyorlardı ya- size işini yaparken bilincinin en üst safhalarında gezindiğini ve konsantrasyonunun en son sınıra yaklaştığını söyleyecektir. Cinsel ilişkiyi benzetme için kullanacak olursak, “kendini teslim etmek” deyimi hareketsiz, karşılıksız, tutkusuz bir ilişkiyi çağrıştırır. Her aktivitede olduğu gibi, cinsel ilişki de pasifliği ve cansızlığı kaldırmaz. Tepki vermek dahi canlılığın kanıtıdır. Sarhoş ya da dünyadan kopmuş birini Kreisler'in müziği heyecanlandırmaz. Bir şeyin verdiği zevk, o deneyime bireyin ne oranda katıldığıyla doğrudan ilişkilidir.

Geleneklerden istifade etmeye yönelik bizim getirdiğimiz yaklaşım, farklı bir vicdan anlayışı oluşturma amacı taşıyor. Herkes bilir, vicdan dendi mi akla ilk olarak törelerin içimizde yankılanan negatif sesi gelir - Musa'ya Sina Dağı'nda yasaklanan davranışlar, toplumun üyelerini yapmaktan men ettiği şeyler zihinde hemen gözden geçirilir. O halde vicdan insanın kısıtlayıcısıdır.

Vicdanı otomatikman yasakların sembolü olarak algılama sosyal yaşamda çok yaygın bir alışkanlıktır. Ben bu konuyu bir gün bir grup üniversite öğrencisiyle tartışırken, içlerinden biri vicdanın olumlu şeyleri de kapsayabileceğini itiraf etmeye gönüllü oldu. Örnek olarak da “Derse gitmek istemediğiniz zaman vicdanınız size gitmenizi söyler.” türü bir olayı verdi. Ben ona aslında bunun olumsuzluğa dair bir durum kategorisine girdiğini söyledim. O da ikinci bir örnekle karşılık verdi: “Ders çalışmak istemediğinizde vicdanınız sizi masanın başına oturtur.” O ilk başta bunun da olumsuz sınıfına girdiğini fark edemedi. Her seferinde vicdan, bireyi “yapmak” istemediği şeyleri yapmaya zorlayan “kırbaç” olarak nitelendiriliyordu. Bu genç adam verdiği örneklerin hiçbirinde vicdanının onu derslerden en yüksek verimi almaya ittiğine, çalışma ve öğrenme faaliyetlerinin onun en ciddi amaçları olduğu konusunda ona rehberlik ettiğine değinmeyi akıl edememişti.

Vicdanın görevi bireyin sınırlarını kapatıp, onu canlılığından ve ani tepkilerinden mahrum etmek değildir. Vicdan geleneklerin boşlanması ve her şeyin yeni kabul edildiği bir çağda çöpe atılması anlamını da taşımaz. Vicdan, esas olarak, sağduyunun, ahlaki duyarlılığın, farkındalığın, törelerin ve deneyimlerin birbiriyle çatışmadan bir araya geldiği bir enerji kaynağıdır. Bunu görmek için kelimenin etimolojik yapısını inceleyelim. Kelimenin kökeni Latince conscienca'dır. Bu sözcük "bilmek" anlamına gelen (scira) ve "ile" anlamı taşıyan (cum) kelimelerinden oluşur. Bazı ülkelerde, mesela Brezilya'da, conscienca hem "vicdan" hem de "bilinç" sözcüklerini karşılar. (İngilizce'de bilinç(conscious), vicdan ise (conscience) olarak tanımlanmıştır ama iki kelimenin telaffuzu birbirine çok benzemektedir. Ç.N.) Fromm vicdandan 'bireyin kendini çağırması' şeklinde söz eder; bu hatırlama tarihi geleneklere karşıt olmaktan çok geleneklerin otoriter kullanımıyla çatışması yönünde anlaşılmalıdır. Her bireyin geleneklerin öğretisine katıldığı bir seviye vardır; bu seviyede gelenekler bireyin en anlamlı deneyimleri yaşamasına yardımcı olur.

İşte bütün bu nedenlerden ötürü, vicdan kavramının pozitif yönlerini irdeleyerek devam etmek istiyoruz. Vicdanın pozitif yönü diyebileceğimiz şey, Nietzsche'nin "iyi ve kötünün ötesinde"; Paul Tillich'in ise "transmoral ahlak" olarak adlandırdığı olgulardır. Bu görüşlerin ışığında, vicdanın bizleri korkak tavuklar haline soktuğu tezini reddedebileceğiz. Bizler için vicdan cesaretin fışkırdığı bir kuyu olacak.

KİŞİNİN DEĞER YARGILARINI BELİRLEME GÜCÜ

Toplumumuzdaki asal değer yargılarını yitirmemizle ilgili tartışmamız boyunca bazı okuyucular tek yapılacak şeyin yeni bir değerler bütünü meydana getirmek olduğunu düşünmüş olabilirler. Bazıları ise "Geçmişin değerlerinde hatalı olan bir şey yok. Sevgi, eşitlik, kardeşlik bunlar çok güzel şeylerdi. Sadece bunları geri getirsek yeterli." iddiasını savunuyorlardır belki de.

İki görüş de, aslına bakarsınız, sorunu bütünüyle kapsamamaktadır. Modern insan her türlü değere olan inancını ve güvenini kaybetmiştir bir kere. Değerlerin içeriği veya kağıt üzerinde ifade ettikleri önemli olmaksızın, bireylerin her şeyden evvel değerlendirme yapabilecek kuvveti benliklerinde toparlamaları zorunludur. Hitler faşizminde barbarlık bir zafer kazanamamıştır çünkü insanlar toplumun ahlak kurallarını "unutmuş" gibiydiler. Özgürlük, başkalarını sevme gibi pek çok şey ortaya çıkamıyordu. İşte insanlar, kitabın ikinci bölümünde de değindiğimiz gibi, kendileri için bir gerçekliği taşıyan değerleri onaylamayı ihmal ettiler.

Yeni bir değerler bütünü oluşturmak, çarşıya çıkıp yeni bir palto almaya benzemez. Kişi değer yargılarını oluştururken yine toplumun kendisinden beklentilerini düşünüp günün stilini belirlemeye çalışır. Alışverişe giden insanın modayı takip etmek istemesini andırır bu durum. Hayatımızı kaplayan boşluğun nedeninin de beklentilere uygun yaşama saplantısı olduğunu defalarca belirttik.

"Değer yargılarını tartışmak" lafı bile aslında yanlış bir ifadedir. Değerler hakkındaki düşüncelerimiz entelektüel tartışmalar sonucunda şekillenmez. Kişi çocuklarına değer verir, onları sever, onların sevgisinden mutluluk duyar; müziğe, golf oynamaya, mesleğine değer verir. Değer verdiği her şey onun için bir gerçekliği simgeler. Çocuklarınızın sizin için değerini tartışma gereğini genelde duymazsınız; tartışmanız istense de bunu saçma ve gereksiz bulursunuz. Eğer karşı taraf hala ısrar ederse diyebileceğiniz şey "Çocuklarıma duyduğum sevgiye değer veriyorum çünkü ben o sevgiyi yaşıyorum." olacaktır. Karşınızdaki ikna olmadığını söyleyecek olursa cevap yine hazırdır: "Bunu yaşaman gerek, aksi halde anlaman mümkün değil." Hayatın içinde yaptığımız şeye verdiğimiz değer en çok o işle meşgulken hissedilir; sözcükler onu açıklamada ikinci plandadır.

Amacımız değerleri psikolojik yakıştırmalarla süslemek değil. Değerlerin irdelenmesinde pozitif bilimlerin, felsefenin ya da deneyimlerin rolünü yadsımak gibi bir arzumuz da yok. Aksine, ben bütün bilimlerin ve insani deneyimlerin uyumlu birleşimiyle değer yargılarının en sağlıklı biçimde yeniden keşfedileceğine inanmaktayım.

Vurgulamaya çalıştığımız husus, bireyin yaşamadığı veya bizzat içinde bulunmadığı müddetçe herhangi bir değere karşı kayıtsız kalacağıdır. Ahlaki karar verme ve uygulama mekanizması bireyin içinde faaliyet göstermedikçe bir anlam taşımaz. Birey ancak benliğinin tüm katmanlarında gerçekliğini seçer ve ona bağlanırsa değerler onun yaşamında belirli bir yer edinebilir. Böylelikle sorumluluk almayı ve sorumluluğu hareketlerine yansıtmayı öğrenir. Davranışlarımızda gözlerimizi nüanslara kapatmayı seçersek yeni olasılıkları, her durumdaki ufak farklılıkları gözden kaçırmış oluruz. Davranışı seçen insandır; farkındalığının içinde amacını gözden geçirir, hareketinin gücünü ve inandırıcılığını tartar, işte o zaman yaptığı şeyi inanarak yapar.

Yaşlı Zarathustra insana "değerlendirici" denmesinin daha uygun olacağını savunmuştur. "Hiç kimse önce kendi değer hiyerarşisini belirlemeden yaşayamaz. . . Ayrıca birey komşusunun değerlendirmelerini taklit etmemelidir. Değerlendirmek yaratmaktır, duyun, siz yaratanlar! Değer biçmek bütün değer verilen şeylerin hazinesidir. Değerlendirme olmadan değer olmaz; değer biçme olmazsa varlık özünü yitirir. Duyun beni, siz yaratanlar!"

Ahlaki bir kararın nasıl verildiğine hep beraber bakalım. Her davranışı belirleyen milyonlarca etken vardır ama karar anında bu belirleyici güçlerin şartlandırmasının dışında bir şey daha ortaya çıkar.

Diyelim bir adam, randevusuna yetişmek üzere bir yolculuğa çıkacak ve buharlı gemiye binecek. Adam iskeleye geldiğinde karşısında bir sürü grev gözcüsü buluyor olsun. Grevin de New York limanındaki yükleme boşaltma işçileri ile işveren arasında çıkan bir anlaşmazlık sonucu sendika kararıyla başlatıldığını varsayalım. Adam grev gözcülerinin hattını geçecek mi dersiniz? Adam grevin haklı nedenlere dayanıp dayanmadığını, kendi randevusuna yetişip yetişememesinin önemini, gideceği yere varmanın başka alternatifi olup olmadığını tartmak için kafasında binlerce soru oluşturabilir. Ama iş gemiye binip binmemeye gelince, kendisini toparlayıp kararındaki risk faktörünü kontrol eder. Her koşulda kararında belli oranda risk olacaktır. Davranış ya hep ya hiç prensibine göre oluşur. Kişi idealist bir yaklaşımla "Ben asla grev hattını geçmem." diyebileceği gibi "Grevin canı cehenneme!" türünde bir tepki de verebilir. Kararı ne olursa olsun ona uygun mantıklı bir açıklaması da hazır olacaktır. Ancak bireyin benlik potansiyelini doldurma kapasitesine bağlı olarak verilecek karar göreceli bir bütünlük kazanır. Bütünlük sadece bireyin karakter entegrasyonunun bir sonucu değildir- gerçi birey ne kadar olgunsa o denli bu şekilde davranacaktır. Kişi kendini grev hattındaki insanların yerine koyarak kararını verirse bu bağlılık gerektiren bir seçim olacaktır. Bireyin kafasından geçenler şöyledir: "Bu şartlar altında ben yarın olsa değişik bir karar vereceğimi bile bile bunu yapmayı seçiyorum."

Davranışın bilinçli olarak seçilmesi yeni bir olayı ortaya atar. Konfigürasyon değişmiştir. Birileri ağırlığı şu ya da bu tarafa kaydırmıştır. Karar verme işlemindeki yaratıcı ve dinamik elementler bunlardır.

Kişiyi pek çok bilinçdışı faktör etkiler. Fakat çoğunluk, bilinçli verilmiş kararların doğru bir şekilde belirlenmesi durumunda bilinçdışı güçlerin etki yönlerinin de değişebileceğini kestiremez. Rüyalar karar verme aşamasında olan ve terapi gören bireylerde muhteşem tablolar çizmiştir. Aylardır evini terk edip kendine bir iş bulmaya karar verme aşamasında olan birini ele alalım. Bu birey rüyalarında bazen evinden ayrılmasının daha iyi olacağını, bazen de olduğu yerde kalmasını öğütleyen rüyalar görmektedir. Aniden gitmek yönünde kararını verir ve o günden sonra rüyaları hep kararının olumlu taraflarını ona göstermeye başlar. Bilincin verdiği karar bilinçdışının üzerindeki baskıyı kaldırmıştır adeta. Öyle gözüküyor ki, hepimizin içinde bilinçli bir karar verene kadar ortaya çıkmayan bir potansiyel saklıdır.

Öyleyse herhangi bir ahlaki davranışın aktif olarak davranışta bulunan birey tarafından içsel dürtüler ve tavırlar açısından onaylanması gerektiğini söyleyebiliriz. Onaylamanın uyanık düşüncelerde olduğu kadar rüyalarda da gerçekleşmesi doğaldır. Sonuç olarak ahlaklı birisi, bilincinde bir insanı seviyormuş gibi davranıp bilinçaltında ondan nefret etmez. Hiç kimsenin karakter entegrasyonu mükemmel değildir; hiçbir dürtünün bütünüyle saf olduğu iddia edilemez. Ahlaklı insan hiç içinde çatışma yaşamaz diye bir şey yoktur. Herkes kendi içinde şüpheye de düşer, bunalımlar da geçirir. Esas olan kendi benlik merkezine olabildiğince inebilmektir. Dürtülerinin yeterince net olmadığını kabullenip gelecekte bunun sorumluluğunu üstlenebilmektir ahlakın özü.

Bazı insanlar ahlakın içe dönük yüzünden ürkebilirler; onları ürküten davranışların sorumluluğunu üstlenmektir. "Katı kurallar"ı, "hoşgörüsüz bir yasa"yı her şeyden fazla isteyeceklerdir. Onlara göre hiçbir şey kendi başına karar vermekten daha zor ve korkutucu olamaz. Katı yasalar için yanıp tutuşurken içlerinden biri "İyi, herkes canının istediğini yapsın o zaman!" demek suretiyle itiraz edebilir. Bunu söyleyenin unuttuğu gerçek, sözleriyle beraber özgürlüğünden kaçtığıdır. Biri için 'dürüst' ve 'doğru' olan başkası için hiç de öyle olmayabilir. Dr. Tillich "evrenin nüvesindeki elementlerin insanda aranmasının doğru olacağını" belirtir. Bu yargının tersi de doğrudur; insan doğasındaki bir olay da evrendeki bir fenomeni açıklar.

İnsan-evren ilişkisi en kolay resimlerden çıkarılabilir. Dürüst olmayan bir resim asla güzel bir resim değildir. Resim samimiyetini ressamın duygularının derinliğinden ve saflığından alır. Neden çocukların yaptıkları resimlerin göze güzel gözüktüğünü hiç merak ettiniz mi? Çocuklar duygularını dışa vurmada her zaman özgür ve dürüsttürler. Armoni, denge ve uyum evrenin ilkeleridir. Yıldızların hareketinden atomlara dek her şey, uyumluysa bir güzellik yansıtır. Bu uyum insan bedeninde de mevcuttur. Çocuk bir kere yetişkinlerin çizgilerini taklit etmeye başladı mı hatları keskinleşir, o özgür havasını kaybeder ve o zarif uyum yok olur.

7

CESARET: OLGUNLUĞUN ERDEMİ

Her yaştaki insanın çocukluktan kişilik olgunluğuna uzanan o taşlı yolu aşabilmesi için ihtiyaç duyduğu en temel erdem cesarettir. Ama endişe çağında, yani sürü ahlakı ve bireysel terk edilmişliğin hüküm sürdüğü zamanlarda cesaret, "olmazsa olmaz" özelliğini kazanır. Toplumun iyi kabul ettiği değerlerin daha tutarlı rehberler olduğu zamanlarda birey, gelişim krizlerine karşı daha korunaklıydı. Ama şu anki geçiş zamanlarında olduğu gibi birey, daha genç yaşta ve daha uzun bir süre için tek başına kalmaya itilmektedir.

Bütün bir bölümü cesarete ayırmak garip görünebilir; ne de olsa geçmiş yıllardaki eğilimimiz, cesareti şövalyeliğin erdemleri arasında saymaktan ya da en fazla onu spor yapan gençler ve savaşan askerler için gerekli görmekten yanaydı. Ama cesareti es geçmemizin nedeni hayatı aşırı derecede basitleştirmemizden kaynaklanır: ölüm konusundaki farkındalığımızı bastırdık, kendimize mutluluk ve özgürlüğü otomatik olarak elde edeceğimizi söyledik, endişe ve korkularımızın nörotik olduğuna ve daha iyi uyum sağlayarak üstesinden gelebileceğimize kendimizi inandırdık. Nörotik endişe ve yalnızlığın üstesinden gelinebileceği ve gelinmesi gerektiği doğrudur. Onlarla uğraşırken gereksinim duyduğumuz cesaretin başta gelen özelliği profesyonel bir yardım almak için çaba göstermektir. Ama yine de gelişim içinde olan her insanın hissettiği normal endişe vardır ki bunlarla uğraşırken cesaretin en gerekli olduğu yer kaçmak değil onlarla yüzleşebilmektir. Büyümeye devam eden herkes için cesaret temel bir erdemdir ve Ellen Glasgow'un da belirttiği gibi "sürekliliği olan tek erdemdir." Burada dış tehditlerle, yani savaş ya da hidrojen bombası gibi tehlikelerle karşılaşmak için gereken cesaretten bahsetmiyoruz. Cesarete daha çok iç bir nitelik olarak bakıyoruz; insanın kendisine ve olasılıklarına bakış açısını şekillendiren bir nitelik olarak. İnsanın kendine karşı olan cesareti güçlendikçe o birey de daha büyük bir güçle dış tehditlerin karşısına çıkabilecektir.

KENDİM OLMAK İÇİN CESARET

Cesaret, birey özgürlüğünü elde ettikçe ortaya çıkan endişeye karşı koyma kapasitesidir. Ebeveyne olan bağımlılıktan yeni bir bağımsızlık ve entegrasyon düzeyine geçme; ayırt edebilme isteğidir. Ebeveyn korumasından çıktığımız en bariz anlar dışında (örneğin benlik bilincine erişmek, okula başlamak, ergenlik çağını yaşamak, aşk, evlilik krizleri ve en sonunda da ölümle karşı karşıya kalmak gibi) tanıdık ortamların sınırını aşıp bilinmeyene doğru atılan her adımda cesaret ihtiyacı ortaya çıkar. Nöro-biyolog Dr. Kurt Goldstein'ın çok doğru bir biçimde de söylediği gibi, "Cesaretin son analizi de gösterir ki o sadece, bireyin kendi doğasının gerçekleşmesi için dayanılması gereken var oluşun şoklarına olumlu bir cevaptır."

Cesaretin karşıtı korkaklık değildir; bu daha çok cesaretin olmaması anlamına gelir. Bir insanın korkak olduğunu söylemenin onun tembel olduğunu söylemekten bir farkı yoktur: Bize sadece önemli bir potansiyelin eksikliğini ya da kullanılmadığını belirtir. Bu sorun günümüzde ele alındığında cesaretin karşıtının aslında istemsiz benzeşme olduğu anlaşılır.

Bir insanın kendisi olmak için hissettiği cesaret bu günlerde pek de değerli bir erdem olarak görülmemektedir. Bunun getirdiği bir sorun, birçok insanın cesareti hala, on dokuzuncu yüzyılda kendini yetiştirmiş adamların kibirli tavırlarıyla ya da "ınvictus" şiirinde olduğu gibi ne kadar içten yazılmış olsa da saçma görünen "kaderimi ben belirlerim" temasıyla özdeşleştirmesidir. Bireyin kendi inançları üzerinde ayakta durabilmesini iyi gözle gören insanlar da bunu "boynunu dışarı uzatmak" (tehlikeyi göze almak) gibi deyimlerle belirtirler. Bu savunmasız duruşun ana teması, gelip geçen herhangi birinin o korunmasız başı bir vuruşta kesebilmesinden kaynaklanır. Veya insanlar kendi inançlarını takip eden bireyleri "dalın ucuna çıkmış" (desteksiz ilerlemekte) olarak nitelendirirler. Yine çok çarpıcı bir resim gözünüzün önünde belirir. Dalın ucuna gittiyseniz yapabileceğiniz bir şey, geriye dönüp o dalı kesmek ve düşmektir; tabii bu da balmumu kanatlarıyla güneşe çok yakın uçan ıkarus'un görkemli ama büyük ihtimalle de gereksiz düşüşünü yeniden dramatize eder. Veya o dalın ucunda kalıp, ağaçta oturmanın çok ulvi bir şey olduğunu düşünmeyen insanların kahkahalarına kurban giden bir Hint fakiri gibi siz de yaprak vermeyi bekleyebilirsiniz ta ki dal kendi ağırlığından kırılana kadar.

Bu iki deyim de asıl korkulanın gruptan dışarı çıkmak, uzanmak veya gruba uyum sağlayamamak olduğunun altını çizer. İnsanlar cesarete sahip değildirler çünkü yalnız başına kalmaktan ya da "toplumsal soyutlanmaya" (yani kahkahalara, alaylara veya dışlanmalara) maruz kalmaktan korkarlar. Eğer birey kalabalığın içine karışırsa bu tehlikelerle karşı karşıya kalmaz. Ve soyutlanmak hiç de küçük bir tehdit değildir. Dr. Walter Cannon'un "büyüyle gelen ölüm" çalışmasında da gösterdiği gibi ilkel insanlar toplumlarından psikolojik olarak soyutlandıklarında gerçekten de öldürülebilirler. Toplum tarafından dışlanan ve kabileleri tarafından sanki yoklarmış gibi görülen bazı yerlilerin gerçekten de çöküp, ölüme sürüklendiği gözlemlenmiştir. Ayrıca William James'in bize hatırlattığı gibi toplumsal kınama yüzünden birini "kesip atmak" deyiminin içinde edebi özelliklerin yanı sıra gerçekler de vardır. Bu yüzden insanların gruptan dışlanma riskini göze alıp kendi inançlarının peşinden gitmekten gerçekten korkmalarında nörotik bir hayal gücünden çok daha fazla şey vardır.

Günümüzde eksikliğini duyduğumuz şey, bir Sokrat ya da Spinoza gibi arkadaş canlısı sıcak, bireysel, özgün ve yapıcı cesarete sahip olmanın anlamını kavramaktır. Cesaretin olumlu yönlerini yeniden bulmaya ve kavramaya çalışmalıyız: Büyümenin iç tarafı olacak ya da bireyin kendisi olmak konusunda güçten çok yapıcılığı ön planda tutacak bir cesaret. Bu yüzden de kitabın bu bölümünde bireyin kendi inançlarını savunmasını vurgularken kesinlikle bir ayrılık boşluğu içinde yaşamaktan bahsetmiyoruz; aslında cesaret her yaratıcı ilişkinin temelidir. Sevginin cinsel gösteriminden bir örnek verelim: erkekler arasında iktidar açısından hissedilen sorunların çoğu anneye karşı duyulan korkunun kadınlara karşı bir korku olarak yansımasıdır. Bu endişe erkeğin kadının üstün geleceği veya kadına bağımlı olacağı gibi korkularından dolayı sembolik olarak penisin vajinaya giriş sırasında içeri çekilmesi ve erkekten alınması korkusunda odaklaşır. Terapi sırasında bu korkuların kaynağı üzerinde oldukça belirgin bir şekilde çalışılmalıdır. Ama bu başarıldıktan ve nevrotik endişe aşıldıktan sonra, cesaret ilişki kurabilme kapasitesi ile beraber ilerlemelidir. Bu cesaret de, cinsellikle ilgili örneğimize devam etmek gerekirse, hem aslen hem de sembolik olarak ereksiyon kapasitesinde ve aktif cinsel ilişki için gerekli olan iddiacılıkta kendini gösterir. Cinsel benzetme hayattaki diğer ilişkilerde de bunun doğru olduğunu ispatlar: sadece kendini ispatlamak değil, insanın kendisini vermesi de cesaret ister.

Prometheus'un eski hikayesinden beri yaratmanın cesaret gerektirdiği bilinmektedir. Bu gerçeği Balzac yaşayarak öğrenmişti ve biz de onun kelimelerini kullanarak size anlatmaya çalışacağız:

Her şeyden önce sanatta -ki bu kelime insan beyninin tüm yaratıcılığını kapsamaktadır- en büyük başarıyı hak eden nitelik cesarettir; basit zihinlerin algılayamayacağı ve belki de ilk defa burada tanımlanan bir tür cesaret... Güzel eserler planlamak, hayal etmek, ve düşlemek kesinlikle hoş bir uğraşıdır... ama üretmek, ortaya çıkarmak, emekleyen eseri çalışarak büyütmek, onu sütle karnı dolu olarak yatağa yatırmak ve yine her sabah yorulmak bilmeyen bir anne sevgisiyle yataktan kaldırmak, onu yalayarak temizlemek; bu çılgın hayatın kasılmaları karşısında hayal kırıklığına uğramamak ve onu bir heykel olarak her göze veya edebiyatta her zihne veya resimde her hafıza ve müzikteki her kalp için onu bir sanat eseri haline getirmek... işte yapılması gereken budur. El, zihne itaat etmek için sürekli hazır olmalıdır. Ve zihnin yaratıcı dakikaları da sıra takip etmezler... ve bu iş de genelde ağırlığı altında ezilen o güzel ve güçlü kişilikler tarafından hem sevilen hem de korku veren yorucu bir çabadır. Eğer sanatçı kendini işe adamazsa ve eğer tonlarca kayanın altına sıkışmış bir madenci gibi kazmazsa... o eser hiçbir zaman tamamlanmayacak ve üretimin imkansız hale geldiği stüdyoda, kendi yeteneğinin intiharını seyreden sanatçının gözleri önünde yok olup gidecektir... Ve bu sebepten ötürüdür ki aynı ödül, aynı zafer ve aynı defne yaprakları büyük generallere olduğu kadar büyük şairlere de layık görülür.

Balzac'ın bilmediği ama psikanalitik çalışmalar sayesinde bizim şimdilerde öğrendiğimiz bir şey de yaratıcı uğraşların bu kadar cesaret gerektirmesinin bir nedeni de yaratmanın, çocukluk geçmişi ile olan bağlarını koparmak, yeninin doğması için eskiyi kırmak anlamına gelmesidir. Çünkü sanatta, mesleğinizde ya da herhangi bir şeyde dış eserleri ve kendinizi yaratmak -yani bireyin kapasitesini arttırması, daha özgür ve sorumluluk sahibi bir insan haline gelmesi- aynı işlemin iki yönüdür. Özgün yaratıcılıktan kaynaklanan her davranış daha ileri bir bireysel farkındalık ve özgürlük düzeyi elde etmek demektir; bu da Prometheus ve Adem efsanelerinde gördüğümüz gibi oldukça fazla iç çatışma içerebilir.

En önemli sorunu sahiplenici annesinin bağlarından kendini kurtarmak olan bir peyzaj ressamı yıllardır portre çizmek istese de hiç cesaret edememişti. En sonunda cesaretini toplayıp "balıklama" atladı ve üç gün içinde birçok portre ortaya çıkardı. Mükemmel birer eser olmuşlardı. Ama gariptir ki çok mutlu olmasına rağmen aynı zamanda çok da endişe duyuyordu. Üçüncü günün gecesinde bir rüya gördü: annesi ona intihar etmek zorunda olduğunu söylüyor, o da içinde korkunç bir yalnızlık hissiyle arkadaşlarını arayıp veda ediyordu. Aslında rüyanın dediği şuydu: "Eğer yaratırsan bildik yerleri terk eder, yalnız kalıp ölürsün; en iyisi alıştığın yerde kalıp yaratmamak." Bundan sonraki bir ay boyunca, yani rüyasında ortaya çıkan endişesini yeninceye kadar hiç portre yapamaması da oldukça önemli bir noktadır.

Balzac'ın yorumu, çok güzel olmasına rağmen karşı çıkacağımız bir noktayı da içermektedir; yani "basit zihinlerin bu cesareti algılayamaması." Bu yanlış, belli ki cesareti askerlerin saldırıya geçmelerinde veya Sistine Kilisesi'nde tavana resim yaparken Mikelanj'ın çektiği zorlukların üstesinden gelmesindeki gibi insanüstü güç zannedilmesinden kaynaklanır. Zihnin bilinçsiz işleyişi hakkındaki şu anda bildiklerimizle, askerin saldırıya geçmesindekine eşit cesaret isteyen çabaların, zor bir durumla karşılaşıldığı zaman herkesin rüyalarında ve iç çatışmalarında yer aldığını söyleyebiliriz. Cesareti sadece "kahramanlar" ve sanatçılar için ayırmak, bireyin insanın içsel gelişimi konusunda ne kadar az şey bildiğini gösterir. İnsanın bir parça olmaktan (simgesel olarak rahimden) çıkıp da bir birey olmaya başladığı her adımda cesarete ihtiyaç duyulur. Bireyin kendi doğumunun sancılarını çekmesi gibi her adımda cesaret yer alır. Bir askerin ölüm riskini göze almasında ya da bir çocuğun okula gitmesinde olsun cesaret tanıdık ve güvenli olandan ayrılmak demektir. Cesaret sadece bir insanın arada sırada vermesi gerektiği, özgürlüğünü ilgilendiren kararlar için değil; aynı zamanda bağımsızlık ve sorumlulukla hareket eden bir insan olması için yapısına birer birer taşları ekleyecek günlük hayatın kararlarında da gereklidir.

Sonuç olarak, biz kahramanlardan bahsetmiyoruz. Hatta, bariz olan kahramanlık (çoğunlukla da acelecilik) genellikle cesaretten çok daha başka bir şeyin ürünüdür: İkinci Dünya Savaşı'nda hava kuvvetlerindeki "ateşli" pilotlar ne kadar tehlikeye atılmak konusunda çok cesur gibi gözükseler de aslında içlerindeki endişeyi yenemeyip aceleci davranışlar sonucu tehlikeye davetiye çıkarıyorlardı. Cesaret, insanın içindeki bir tavır olarak görülmedikçe dıştan gözlemlenen davranışlar oldukça yanıltıcı olabilir. Galileo, Engizisyon mahkemesiyle dıştan bir anlaşmaya varıp dünyanın güneşin etrafında döndüğü konusundaki düşüncesinden vazgeçmeyi kabul etmişti. Ama burada önemli olan onun içinde hür kalabilmesi ve hikayeye göre yanındakine "Yine de güneşin etrafında dönmeye devam ediyor" demesidir. Galileo çalışmalarına devam edebilmişti ve dışarıdan hiç kimse de bir başkası için hangi seçimlerin özgürlüğü korumak ya da özgürlükten vazgeçmek olduğuna karar veremez. Hayalimizde, Galileo'nun içinde özgürlükten kaçmak isteyen küçük bir sesin ona şöyle dediğini duyabiliriz: "Sadece buna boyun eğmeyi reddet, bir şehit gibi öl ve bu yeni bilimsel buluşları yapmaktan kurtulacağın andaki rahatlamayı düşün!"

Dıştaki bağımsızlık için ayakta durmak, kendi içimizdeki bağımsızlığı koruyup içimizdeki yeni dünyalara doğru yolculuğumuzu devam ettirmekten çok daha kolaydır. Şehit rolünü oynamak, savaş alanında aceleci davranmak gibi, oldukça basittir. Ne kadar garip gelse de en büyük cesaret isteyen görev belki de bağımsızlık içinde sürekli ve sabırlı bir ilerlemedir. Bu yüzden bu tartışmada eğer "kahraman" kelimesi kullanılırsa, üstün insanların yaptığı özel işleri değil, her insanda potansiyel olarak bulunan kahramanlık niteliğini kastedecektir.

Cesaretin tümü temel olarak ahlaki cesaret değil midir? Genelde fiziksel cesaret olarak adlandırılan fiziksel acıya dayanabilme kapasitesi, sadece fiziksel duyarlılıktaki bir farklılıktan kaynaklanabilir. Çocukların veya gençlerin kavga etmekteki cesareti işin içindeki acıyla çok az ilgilidir. Bu daha çok çocuğun anne-babasından göreceği tepkiyi, veya düşmanlarının varlığının onun yalnızlığını arttırmasını göze alabilmesine dayanır. Ya da güvenliğini sağlamak için kendisine uygun gördüğü rolün kendini savunmak veya boyun eğmek olup olmamasına bağlıdır. Bütün çabalarıyla ve iç çatışma olmadan kendini savunan insanlar, fiziksel acının çatışmanın verdiği hazla ortadan kalktığını söylemişlerdir. Ve ölüm tehlikesine atılmak gibi fiziksel bir cesaret, yani insanın kendini var oluşundan daha büyük bir değer için feda etmesi ve gerektiğinde hayatından vazgeçmesi, aslında ahlaki bir cesaret değil midir?

Benim klinik deneyimlerime göre bir insanın cesaretinin gelişimine en büyük engel, kendi kuvveti içinde yer almayan bir hayat biçimini benimsemek zorunda kalmasıdır. Bu noktayı, eşcinsel eğilimleri, büyük endişe ve terk edilmişlik duyguları ve işini engelleyen asilik eğilimleri yüzünden tedaviye gelen genç adamın durumunda da görebiliriz. Küçükken tam bir muhallebi çocuğu olarak görülmüş ve neredeyse her gün okul arkadaşlarının saldırısına uğramasına rağmen hiç kendini savunamamıştı. O, altı çocuğun en küçüğüydü; dört tane ağabeyi bir de ondan hemen önce doğmuş ablası vardı. Ablası küçük bir çocukken ölmüş ve dört tane erkekten sonra bir kız evladı çok istemiş olan anne de teselli edilemeyecek hale gelmişti. Bu olaydan sonra anne en küçük oğlana daha yakınlık duymaya başlamış ve onu bir kız gibi giydirip, kızına davranır gibi davranmıştı. Bu yüzden onun kadınca şeylerle ilgilenmesi, ağabeylerinin ona para vereceklerini söylemesine rağmen kavga etmemesi çok mantıksal gelişmelerdi: annesiyle olan pozisyonunu riske atmak istemiyordu. Çünkü annesi tarafından, sadece bir kız rolünü oynarsa kabul edileceğini ve takdir edileceğini biliyordu; ama beşinci erkek çocuk olarak nerede kalacaktı? Annesi şimdiden bilinç altında, aslında bir kız olmadığı için onu reddetmişti, bir de erkek gibi davranırsa hiç kız çocuğu olmamasının bir simgesi olarak ve kızının da öldüğünü hatırlatarak annesinin nefretini kazanacaktı. Doğal olarak içindeki erkeklik eğilimlerine ters düşen bu talepler, bu çocukta, annesine göstermeye hiç cesaret edemediği büyük sıkıntı, nefret ve sonra da isyana yol açmıştı. Bir erkek olarak cesaretinin gelişim temeli onun altından çekilip alınmıştı. Bir yetişkin olarak da şimdi toplumsal isyanlarda büyük cesaret göstermektedir: eğer erkek otoritesine karşı bir isyan gerekiyorsa en öne o atılmaktadır. Ama kendinden büyük kadınlara karşı, yani annesinin yerini alabilecek insanlara karşı çıkması gerektiğinde çok korkuyordu-annesi o zamana kadar vefat etmiş olsa bile-. Riske atamayacağı tek şey zihnindeki anne imajının onu hatalı bulması ve terk etmesiydi.

Bu yüzden eğer bir insan hayatı boyunca anne-babasının gözlerinde belli bir role uygun yaşamaya çalışmışsa ve bu imajı da sonradan kendi içinde taşıyıp devam ettirmişse; bırakın kendi gücünün ne olduğunu bulup inandıklarını savunmaya çalışmak, neye inandığını bile bilemeyecektir. Hareket etmeye başlamasından önce bile onun cesareti bir boşluktur çünkü kendi içinde gerçek bir temeli yoktur.

Normal olarak bir çocuk anne-babasından ayrılmak için dayanılmaz bir endişeye kapılmaksızın adımlarını atabilir. Merdiven çıkmayı öğrenirken arada bir düşüp acı hissetmesine rağmen en sonunda sevinçli bir kahkahayla bunu başarması gibi, kendi psikolojik bağımsızlığını da adım adım öğrenecektir. Anne-babasının sevgisinin ve olgunluk düzeyi ile orantılı bir güvencenin farkında olduğu için arada sırada

karşısına çıkacak krizler (anne-babasıyla olsun, okula gitmek olsun) onun büyüyen cesaretini kırmayacaktır. Hazır olduğundan daha büyük bir olayın karşısına dikilmesi ondan beklenmez. Ama yukarıda anlattığımız annenin yaptığı gibi, anne veya baba çocuklarını belli bir role zorla itmek, onu bastırmak veya fazlasıyla korumak ihtiyacını hissediyorlarsa, çocuğun görevi çok daha zorlaşmış olur.

İçlerinde farkında olmadan, kendi güçleri hakkında şüphe taşıyan anne-babalar çocuklarının özellikle cesur, bağımsız ve atak olmasını isteyebilirler. Onlar oğullarına boks eldivenleri alıp onu erken bir yaşta rekabet ortamına itebilirler ve diğer yönlerden de o çocuğun, kendilerinin olamadıkları hissettikleri "erkek" olmasında ısrar ederler. Çocuğu aşırı koruyan anne-babalar gibi, çocuğu iten anne- babalar da ona güven duymadıklarını sözlerden daha etkili bir şekilde anlatmaktadırlar. Ama bir çocuk ne fazla korunarak ne de arkasından itilerek cesaretini geliştirebilir. O, inatçılık veya kabadayılık eğilimleri geliştirebilir. Ama cesareti genelde sözlere dökülmeyen, bir insan olarak kendi gücü ve benzersiz niteliklerine duyduğu güven sonucu gelişir. Bu güven, anne- babasının ona duyduğu sevgiyi ve onun yapabileceklerine olan inançlarını temel alır. Onun ihtiyacı olan şey ne korunmak ne de itilmektir; ona gereken kendi gücünü kullanmasında ve geliştirmesinde yardım edilmesi ve en önemlisi de anne-babasının onu kendi haklarına sahip bir insan olarak görmeleri ve onun kapasite ve değerlerinden ötürü ona sevgi duymalarıdır.

Tabii ebeveynlerin çocuklarının diğer cinsiyetin rolünü üstlenmelerini istemeleri çok ender görülen bir durumdur. Daha sık görülen ise ebeveynlerinin sosyal grubunun tavırlarını benimsemelerinin, iyi notlar almalarının, üniversitede öğrenci birliklerine seçilmelerinin, hakkında konuşulmaması için her yönden "normal" olmasının, kendine uygun bir eşle evlenmesinin ya da babasının işini devam ettirmesinin istenmesidir. Ve çocuklar da, bunlara inanmasalar bile, bu talepleri karşıladıklarında; kendi davranışlarının hem parasal hem diğer açılardan ebeveynlerinin desteğini kaybetmemek için olduğunu söyleyerek mantıklı göstermeye çalışırlar. Ama daha derin bir yerde cesaret sorunuyla daha yakından ilgili başka bir neden daha vardır. Yani, ebeveynlerimizin beklentilerine göre yaşamak, onların övgü ve takdirini kazanmanın ve böylece de onların "gözbebeği" olmaya devam etmenin bir yoludur. Bu yüzden de fazla kibir ve kendini beğenmişlik cesaretin düşmanlarıdır.

Biz, kibir ve kendini beğenmişliği övülmek ve sevilmek için sürekli bir ihtiyaç duymak olarak tanımlarız, insanlar bunun için cesaretlerinden vazgeçerler. Kibirli ve kendini beğenmiş olan insan, yüzeyde kendini çok koruyormuş gibi gözükür; kendini aşırı büyük görmesinden ötürü risklere girmez ve diğer yönlerde de bir korkak gibi davranır. Ama aslında durum tam tersidir. Kendini, ihtiyacı olan övgü ve iyilikleri alabilmek için bir mal gibi gösterir çünkü annesinin veya babasının övgüsü olmadan kendini çok değersiz hissedecektir. Cesaret bir insanın kendine duyduğu saygıdan ve verdiği değerden kaynaklanır; insan kendisi hakkında çok kötü düşündüğü için cesaretsizdir. Sürekli başkalarının "Çok hoş biri", "Çok güzel bir kız" veya çok iyi, çok akıllı demelerini isteyen bireyler kendilerini sevdikleri için değil, anne-babalarının takdirini kazanmak için kendilerine bakan insanlardır. Bu da insanın kendisine acımasına yol açar. Bu yüzden de seyirci tarafından övülen birçok yetenekli insan, terapi sırasında kendilerini sahtekar gibi hissettiklerini itiraf ederler.

Kibir ve kendini beğenmişlik (sürekli bir övülme ve takdir edilme tutkusu) bir insanın cesaretini aşağılar, çünkü o zaman insan kendisinin değil bir başkasının fikir ve inancıyla savaşmaktadır. Japon yapımı bir film olan Rashomon'da hırsız ve koca, kendi istekleriyle olduğu zaman bütün güçlerini kullanarak kavga ederler. Ama başka bir sahnede kadın onları kavga etmeleri için kızıştırmaya çalışırken sadece yarı güçleriyle, kadının onlardan talep ettiği erkeklik gösterisini yerine getirmek için kavga ederler. Aynı vuruşları yaparlar ama sanki görünmez bir ip kollarını geride tutuyor gibidir.

Ayrıca birisi bir başkasının övgüsünü kazanmak için bir davranışta bulunursa bu davranış, zayıflık ve değersizlik duygularının yaşayan bir göstergesi olacaktır. Bu çoğunlukla, en büyük utanç olan "korkaklık" duygusuna yol açar; yani kendi yenilgimiz için bilerek iş birliği etmekten duyduğumuz utanç. Düşmanımız bizden güçlü olduğu için yenilmek, hatta savaşmadığımız için yenilmek bile o kadar kötü değildir; ama kazanan tarafla iyi geçinmek için gücünü sattığını ve bu yüzden de bir korkak olduğunu bilmek... insanın kendine yaptığı bu ihanet en acı ilaçtır.

Bizim kültürümüzde, başkalarını memnun etmenin neden cesareti azalttığına dair başka nedenler de vardır. Bu tür bir davranış, özellikle erkekler için, girişkenlikten uzak, atak olmayan "centilmen" birinin rolünü oynamaktır ama birey girişken olmadan nasıl güç, özellikle de cinsel iktidar elde edebilir ki? Kadınlar için de, bu tip beğeni kazanma yolları kendi benzersiz potansiyellerini geliştirmelerini etkileyecektir çünkü potansiyelleri hiç kullanılmayacak, hatta ortaya bile çıkarılmayacaktır.

İçinde yaşadığımız kurallara uyma çağında cesaretin kalitesinin göstergesi, bireyin kendi inançlarını savunabilme kapasitesidir. Bu savunma inatçı veya isyankar bir şekilde (bunlar cesaretin değil korumacılığın göstergesidir) veya misilleme tavrıyla değil, sadece bireyin inançlarının bunlar olmasından kaynaklanacaktır. Bu bireyin davranışlarıyla, "Bu benim; benim benliğim" demesine benzer. Cesaret olumlu olan seçimdir, "başka bir şey yapamam" düşüncesinden kaynaklanan seçim değil. Eğer başka şansınız yoksa cesaret bunun neresinde ki? Bazı anlarda emin olmak için birey, cesaretle kazandığı noktaya inatçı bir kararlılıkla tutunmak zorundadır. Bu anlar, terapi sırasında yeni bir aşama kaydetmiş insanların hem kendindeki endişe tepkisinin karşı atağına karşı hem de o birey olduğu gibi kalsaydı daha rahat hissedeceklerini düşünen arkadaşları ve ailesinin tepkilerine karşı çıkmaları gerektiğinde çok sık görüleceklerdir. En iyi ihtimalle birçok savunma davranışı ortaya çıkacaktır ama eğer birey savunmaya değecek bir şey elde etmişse bunu olumsuz bir şekilde değil, mutlulukla savunacaktır.

Bir insanın gelişiminde cesaret ortaya çıkmaya başladığı zaman (yani o birey hayatını başkalarının kendisini beğenmesine adamaktan vazgeçtiği zaman) çoğunlukla bir ara adım karşısına çıkar. Bu düzeydeki insanlar gerçekten de bağımsız tavırlar alırlar ama davranışlarını savundukları mahkemedeki yasalar, bir zamanlar memnun etmeye çalıştıkları otoriteler tarafından yazılmıştır. Bu sanki bağımsızlık haklarını istedikleri zaman, ihtilalden önceki Amerikan kolonicileri gibi, davalarını, bağımsızlıklarını kazanmak istedikleri insanlar tarafından yazılmış yasalarla savunmak zorunda kalmaları gibi bir şeydir. Bu durumdaki insanlar terapide anne-babalarını davalarının "haklılığına" inandırmaya çalışmanın, kendileri olabilme haklarını savunmanın hayallerini kurarlar. Birçok insanın özgürlük ve sorumluluğa doğru olan

gelişimlerinde ulaşabildikleri en uç nokta çoğunlukla da burasıdır.

Ama en sonunda bu yarı yol noktası bireyi çaresiz bir açmazın içine sokar: çünkü ebeveynlerine ya da onların yerini tutan insanlara yasaları yapma hakkı vererek ve onların mahkemesinde savunma yaparak zaten onların egemenliğini kabul etmiş olmaktadır. Bu onun özgürlüğü olmadığını, bunda ısrar ederse de suçluluk hissedeceğini anlatır. Kafka'nın Dava adlı romanının kahramanının da aynı açmazda olduğunu görmüştük: davasını, onu suçlayanların tüm otoriteye sahip oldukları tezini temel alarak tartıştığı için her zaman yakalanıyordu. O zaman kendini öyle çaresiz bir duruma sokmuştu ki mantıklı olarak, onlara sadece yalvarabilecek hale gelecek kadar düşmüştü. Sokrat kendi davasında Atinalı davacılara karşı onların tezlerini ve yasalarını temel alarak tartışmaya çalışsaydı nelerin olabileceğini bir hayal edin. Bütün farkı yaratan, önceden var saydığı düşünceydi: "Atinalılar, size değil Tanrıya boyun eğeceğim." Bu, daha önce gördüğümüz gibi, onun için davranışlarının rehberini kendi içinde bulması demekti.

En zor ve en çok cesareti gerektiren adım, beklentileri altında yaşadığımız insanlara kanun yapma hakkını tanımamaktır. Aynı zamanda en korkutucu adım da budur. Bu, bireyin ne kadar sınırlı ve mükemmellikten uzak olduğunu bilse de kendi standart ve yargıları için sorumluluk kabul etmesidir. İşte bu, Paul Tillich'in "bireyin ölümlü olduğunu kabul etme cesareti" dediği, her insanın sahip olması gereken temel cesarettir. Bu, sonlu olduğunu bilse de bireyin kendi olma ve kendine güvenme cesaretidir. Bu; bireyin son cevapları bilmese de, yanlış olabileceğini bilse de yaşaması, sevmesi, düşünmesi ve yaratmasıdır. Ama sadece bu "sonlu olmanın" cesur bir kabullenilmesi ve sonra da sorumlu davranışlarla birey sahip olduğu güçleri geliştirebilir, her ne kadar mutlaktan uzak olsa da. Bunu yapabilmek, bu kitapta daha önce tartışılan benliğin bilincini var saymak demektir; buna öz-disiplin, değerlendirme yapabilme gücü, yaratıcı bilinç ve geçmişin bilgeliğiyle yaratıcı bir ilişki kurabilmek de dahildir. Doğal olarak bu adım oldukça yüksek düzeyde bir uyum gerektirir ve gerçek olan cesaret de olgunluğun cesaretidir.

SEVGİYE ÖNSÖZ

Sevgi konusu da şu anda ayrıntılarla girmeyeceğiz çünkü hem bu kitabın içinde sayısız cümlede bundan bahsettik hem de günümüz insanlarının asıl sorunu sevgiye hazırlıktır, yani sevebilecek hale gelmek. Olgun bir sevgiyi verme ve alma kapasitesi, yerleşmiş bir kişiliğin en sağlam ölçütlerinden biridir. Ama bu sadece bireyin ne kadar bir birey olduğuyla orantılı olacak bir hedeftir. O yüzden de sadece bu bölüm değil, aslında bütün kitap "sevgiye bir önsözdür."

İlk önce sevginin bizim toplumumuzda göreceli olarak ender görülen bir fenomen olduğunu söylemek gerekir. Herkesin bildiği gibi sevgi adı verilen milyonlarca ilişki türü vardır: "sevgi"nin ani duygusal isteklerle karıştırılması ya da romantik şarkılar ve filmlerde gördüğümüz gibi her tür odipal ve "anne şefkati" şekillerini saymamız gerekmez. Hiçbiri bu sözcük kadar değişik anlamlara gelecek şekilde kullanılmamıştır, bu anlamların çoğu da ilişkinin altta yatan asıl nedenlerini gizlemek için dürüst olmayan bir şekilde kullanılır. Ama gerçekten sağlam ve dürüst olan ve sevgi denilen birçok ilişki de vardır: anne-babanın ve çocukların birbirleri için duydukları, cinsel tutku veya yalnızlığın paylaşılması gibi.

Yine de toplumumuzdaki yalnız ve kurallara uygun yaşayan insanların hayatlarına baktığımızda çoğunlukla ortaya çıkan şaşırtıcı gerçek, bu tür ilişkilerde bile sevgi öğesinin ne kadar az yer tuttuğudur.

Doğal olarak insan ilişkilerinin çoğu birçok nedenin karışımından oluşur ve içlerinde değişik duyguları bir arada barındırırlar. Bir erkekle kadın arasındaki, (belli bir olgunluğa ulaşmış halinde) cinsel sevgi, genellikle iki duygunun karışımıdır. Biri "eros"tur, karşıdaki insana duyulan ve bireyin kendini tatmin etme isteğinin bir bölümünü oluşturan cinsel dürtü. İki bin beş yüzyıl önce Plato, "eros"un bireyin kendini tamamlayan insanı bulup onunla birleşme dürtüsünden kaynaklandığını düşünmüştü- özgün "androjen"in, yani hem kadın hem erkek olan efsanevi varlığın diğer yarısını bulma dürtüsü. Erkekle kadın arasındaki olgun sevginin bir başka öğesi de diğer insanın değerinin onaylanmasıdır. Sevginin aşağıda vereceğimiz tanımı da bunu içermektedir.

Ama nedenlerin ve duyguların karıştığını ve sevginin basit bir konu olmadığını göz önünde tutarsak başlangıçta yapacağımız en önemli şey duygularımızı doğru isimlendirmektir. Ve sevmeyi öğrenmeye başlamanın en yapıcı yanı da nasıl sevemediğimizi görebilmektir. Buna da Auden'in Endişe Çağı adlı eserindeki genç adamla kendimizi özdeşleştirerek başlayabiliriz:

Böylece, sevmeyi öğrenirken,
En sonunda ona öğretilen
Sevmediğini bilmekti.

Gördüğümüz gibi bizim diğerleri üzerinde baskın bir motivasyon gücüne sahip olan toplumumuz, dört yüzyıllık rekabetçi bireyciliğin mirasçısı; bizim neslimiz ise oldukça çok endişe, yalnızlık ve bireysel boşluğun mirasçısı olmuştur. Bunlar sevmeyi öğrenmenin hiç de iyi hazırlayıcı etkenleri sayılamaz.

Konuya ulusal ilişkiler bazında baktığımızda da buna yakın sonuçlar elde ederiz. "Sevgi her şeyi halleder" gibi rahatlatıcı duygulara kapılmak kolaydır. Bu karışık dünyanın politik ve sosyal sorunlarının anlayış, yaratıcı ilgi, komşumuzu ve "yabancı"yı sevmek gibi tavırlara ihtiyaç duyduğu açıkça görülmektedir. Başka bir yerde toplumumuzda eksik olanın, sosyal açıdan değerli çabalara ve sevgiye dayanan bir toplum olma deneyimi olduğunu söylemiştim. Ve toplum olma fikrinin eksikliği bizi onun nevrotik bir bedeli olan "kolektivizmin nevrozu" hatasına düşürmektedir. Ama insanlara yalnızca bu nedenden ötürü sevmeleri gerektiğini söylemek de pek yardımcı olmayacaktır. Bu sadece, zaten sevgi konusunda fazlasıyla karşımıza çıkan ikiyüzlülük ve yapmacıklığı artıracaktır. Yapmacıklık ve ikiyüzlülük, açık bir düşmanca tavırdan çok daha fazla sevgiyi engeller çünkü düşmanca tavır en azından dürüst olabilir ve bu yüzden de belli bir çabayla aşılabilir.

Günümüzde sevgi hakkındaki karışıklık öyle bir düzeye ulaştı ki sevginin herkesçe kabul edilen bir tanımını bulmak bile oldukça zor. Biz sevgiyi, diğer insanın varlığından duyulan sevinç ve insanın kendisinin olduğu kadar onun da değerini ve gelişimini onaylaması olarak tanımlıyoruz. Böylece sevginin her zaman iki öğesi bulunmaktadır: Diğer insanın iyiliği ve değerliliği ve bireyin o insanla olan ilişkisinden duyduğu neşe ve mutluluk.

Sevme kapasitesi, bireyin öz-bilince sahip olduğunu önceden kabul eder çünkü sevgi diğer insana anlayış göstermeyi, onun potansiyellerini takdir etmeyi ve onaylamayı içerir.

Sevgi aynı zamanda özgürlüğü de kabul eder: serbestçe verilmeyen bir sevgi tabii ki sevgi olamaz. Başkasını sevmekte özgür olmadığınız için birini "sevmek" ya da doğuştan o kişiyle zorunlu bir tür aile ilişkisinde olmak, sevmek değildir. Ayrıca birey, diğeri olmaksızın yapamayacağını düşündüğü için "seviyorsa", sevgi bir seçim değildir; çünkü birey sevmemeyi seçemez. Bu tür serbest olmayan "sevginin" kanıtı ise bir ayırım yapmamasıdır: "sevilen" insanın niteliklerini veya onun varlığını bir diğer insanınkinden ayırmaz. Bu ilişkilerde sizi sevdiğini söyleyen kişi tarafından gerçekten "görülmüyorsunuz"- bir başkası da olabilirsiniz. Bu tip ilişkilerde ne seven ne de sevilen, birey gibi davranabilirler; sevenin özgürlüğü yoktur, sevilen ise sadece tutunulacak bir nesne olduğu için önemlidir.

Toplumumuz da, içinde birçok endişeli, yalnız ve boş insan barındırdığı için, sevgi maskesi altında gizlenen birçok bağımlılık türü vardır. Bunlar karşılıklı yardımlaşma veya arzuların karşılıklı tatmin edilmesinden (ki bunlar da doğru isimlendirilseler oldukça sağlam olabilirler) bireysel ilişkilerin çeşitli "iş ortaklığı" şekillerinden tutun da açıkça görülebilen parazit mazoşizme kadar uzanır. İçlerinde yalnızlık ve boşluk hisseden iki insanın, sözcüklere dökülmeyen bir anlaşmayla yakınlaşıp birbirlerinin yalnızlık çekmesini önlemeye çalışmaları az rastlanan bir olay değildir.

Ama sevgi yalnızlığı alt etme amacıyla kullanıldığı zaman da bu amacı sadece, her iki insanın da boşluğunu artırma pahasına yerine getirir.

Dediğimiz gibi sevgi genellikle bağımlılıkla karıştırılır, ama asıl olan ne kadar bağımsız olabilirseniz o kadar çok sevebileceğinizdir. Harry Stack Sullivan, çocuklar hakkındaki şaşırtıcı yorumunda şöyle demiştir: "bir çocuk, ergenlik öncesi çağına gelmeden önce kimseyi sevmeyi öğrenemez. Onun bunu söylemesini veya böyle davranmasını sağlayabilirsiniz. Ama bunun gerçek bir temeli yoktur ve üstünde de fazla durursanız, çoğu nevroza dönüşen garip sonuçlarla karşılaşabilirsiniz." Yani, bu yaşa kadar başka insanların bilincinde olma ve onları onaylama kapasitesi sevebilecek kadar olgunlaşmamıştır. Bir bebek ve çocuk olarak ebeveynlerine normal bir bağlılık hissedebilir, onlardan çok hoşlanıp onlarla zaman geçirmekten zevk alabilir... Bırakın anne-babalar ve çocuklar bu tür bir ilişkinin mümkün kıldığı mutluluğun zevkini çıkarsınlar. Ama aynı zamanda da anne-babanın "Tanrı" rolünü oynama ihtiyaçlarını ve çocuğun doğal hayatında tam bir öneme sahip oldukları düşüncesini azalttığı; çocuğun ayıcığına veya bebeğine, daha sonra da gerçek köpeğine gösterdiği sevgi ve "dikkatin" çok daha içten olduğunu fark etmesine sebep olduğu için de ebeveynler için çok sağlıklı ve rahatlatıcıdır. Oyuncak ayı veya bebek çocuktan hiçbir şey talep etmezler; onlara istediği duyguyu gösterebilir ve onların ihtiyaçlarına karşı anlayışlı olmak için kendini içinde bulunduğu olgunluk düzeyinden daha fazla zorlaması gerekmez. Gerçek bir köpek ise cansız varlıklarla insanlar arasındaki bir ara adımdır. Bağımlılık, bağımlı olabilme ve en sonunda da özgürlüğe doğru her adım çocuğun içinde gelişen sevme kapasitesinin kanıtıdır.

Erich Fromm ve diğer yazarların da üstünde durdukları gibi bizi toplumumuzda sevmeyi öğrenmekten alıkoyan şeylerden biri de bizim "pazar eğilimimizdir". Biz sevgiyi satın almak ve satmak için kullanırız. Bunun bir kanıtı birçok anne-babanın çocuklarına bakmalarına karşılık olarak ondan sevgi beklemeleridir. Doğal olarak eğer anne-babası ısrar ederse, çocuk da yalandan bazı sevgi gösterilerinde bulunmayı öğrenecektir ama eninde sonunda bir bedel olarak istenen sevginin aslında sevgi olmadığı ortaya çıkacaktır. Bu tür bir sevgi sadece "kumdan yapılmış bir kaledir" ve genellikle de çocuklar genç yetişkinliğe geçtikleri zaman büyük bir gürültüyle çöker. Çünkü bir ebeveynin bir çocuğa destek vermesi ya da onu korumasının; onu önce yaz kampına sonra da üniversiteye yollamasının o çocuğun anne-babasını sevmesiyle ne gibi bir ilgisi olabilir ki? Bu mantıkla çocuğun, köşede duran ve onu kamyonlardan koruyan trafik polisini ya da orduya girdiğinde ona yemeğini getiren yemekhane görevlisini de sevmesi beklenirdi.

Bu isteğin daha derin bir şekli de çocuğun, yaptığı fedakarlıklar yüzünden anne-babasını sevmesinin beklenmesidir. Ama fedakarlık yapılan pazarlığın sadece değişik bir şekli de olabilir; böylece karşısındakinin değerlerinin ve gelişiminin de bir onayı olmaktan çıkar.

Biz, başkalarından olduğu kadar çocuklarımızdan da, taleplerimizle, fedakarlıklarımızla ya da ihtiyaçlarımızla değil, daha çok sevme kapasitemizle orantılı olarak sevgi alırız. Ve buna karşılık bizim sevme kapasitemiz de öncelikle kendi başımıza bir insan olmamıza bağlıdır. Gerçekte sevmek, vermek demektir; verebilmek de öz-duygumuzun olgunluğuna bağlıdır. Bu aynı zamanda sanatçı Joseph Binder tarafından anlatılan tavrın ta kendisidir: "Sanat yaratmak için sanatçının sevebilmesi gerekir- yani bir ödül kazanma kaygısı olmadan vermesi"

Biz sevgiyi bir "vazgeçiş" ya da insanın özünü reddetmesi olarak görmüyoruz. Birey, sadece verebilecek bir şeyi ve kendi içinde de bunu verebilecek bir gücün temeli varsa gerçekten verebilir. Toplumumuzda sevgiyi zayıflıkla özdeşleştirerek saldırganlıktan ve rekabetçi zaferden arındırmış olmamız gerçekten üzücüdür. Bu aşılama o kadar başarılı olmuştur ki ortak önyargı, insanların ne kadar zayıf olurlarsa o kadar çok sevebilecekleri ve güçlü bireylerin de sevmeye ihtiyaç duymadıkları yönündedir. İşte bu yüzden de, ekmeğin kabarmasını sağlayan maya gibi sevgiyi kabartan şefkat, çoğu zaman aşağılanmış ve sevgi deneyiminden ayrı tutulmuştur.

Asıl unutulan, şefkatin güçle yan yana gittiği ve bireyin güçlü olduğu kadar şefkatli de olabileceğidir. Yoksa şefkat ve nezaket sadece arkasına saklanılacak maskeler haline gelir.

Bazı okuyucular "Ama birey kendini sevgi içinde kaybetmez mi?" diye sorabilir. Sevgide olduğu gibi yaratıcı bilinçte de birinin diğeriyle birleştiği doğrudur. Ama buna "bireyin kendini kaybetmesi" denmemelidir; yine yaratıcı bilinçte olduğu gibi, bu, bireyin kendini tatmininin en üst noktasıdır. Örneğin, cinsellik sevginin bir dışavurumu olduğu zaman, orgazm anında hissedilen düşmanlık ya da zafer değil, diğer insanla birleşme duygusudur. Şairler, sevgiden dolayı kendilerinden geçtiklerini anlatırlarken yalan söylemiyorlardı. Bu, kendinden geçmenin yaratıcılığında olduğu gibi, bireyin bir kimliği ile diğeri arasındaki sınırı geçici olarak aştığında kendini fark etmesidir. Bu aynı zamanda hem kendini vermek hem de kendini bulmaktır. Bu tür bir kendinden geçme, insan ilişkilerindeki en uç düzeydeki karşılıklı dayanışmayı simgeler. Aynı paradoks yaratıcı bilinç için de geçerlidir: insan ancak önceden bir birey olabilmişse, kendi ayakları üzerinde durabilmişse kendinden geçme anında diğer kimliklerle bir olabilir.

Bu tartışmanın mükemmele bir rehber olmasını amaçlamıyoruz. Aynı zamanda arkadaşlık (ki bu anne-baba-çocuk ilişkilerinde de önemli bir yön olabilir), insan sıcaklığı ve anlayışının farklı düzeylerde değiş tokuşu, cinsel zevk ve tutkunun paylaşımı gibi diğer ilişki türlerini de yok saymak veya onların değerini azaltmak amacında da değiliz. Toplumumuzda çok yaygın olan bir yanlışa kapılıp bir de aşk yapmanın ideal anlamına çok fazla önem vermeyelim: yoksa bireyin "gerçekten değecek insanı bulamadığı" ya da işi ikiyüzlülüğe döküp hissettiği bütün o duyguların "sevgi" olmadığı iddiası dışında seçeneği kalmaz. Tekrar edelim: Biz duyguları asıl isimleriyle adlandırmayı öneriyoruz. Eğer kendimizi sevmenin kolay olduğuna inandırmaya çalışmaktan vazgeçer ve sürekli sevgiden bahseden ama içinde çok azını barındıran bu toplumda yalancı maskeleri bırakacak kadar gerçekçi olursak, sevmeyi öğrenmek de sağlam temeller üzerinde gelişecektir.

GERÇEĞİ GÖRMEK İÇİN CESARET

(Bir şimşek gibi yepyeni bir manzarayı aydınlatan vecizelerinden birinde Nietzsche "Hata korkaklıktır!" diye bağırmıştı. Yani gerçeği görmememizin nedeni yeterince kitap okumamamız veya yeterince akademik diplomaya sahip olmamamız değil, yeterince cesarete sahip olmamamızdır.)

"Gerçek" derken sadece bilimsel kanıtlardan bahsetmiyoruz. Bu kanıtların sorunu hatasız olmalarıdır. Eğer sizi dertlendiren son bir düzine soruya (yani neyin doğru olduğuna karar vermek için üstünde düşünüp gerçekten kafa patlattığınız sorulara) baktığınızda içlerinden pek azının bilimsel kanıtlarla ilgili olduğunun farkına varacaksınız. Hangi işe gireceğiniz, aşık olup olmadığınız, çocuğunuzun okulda karşılaştığı sorunları nasıl çözeceğiniz ya da herhangi bir konuda ne hissedip neler istediğiniz… bunlar gün boyunca hatta rüyalarınızda kafanızı meşgul eden konulardır. Teknik kanıtlar bu tip konularda ender olarak yardımcı olurlar. Birey riski göze almak zorundadır ve doğru yanıta ulaşıp ulaşamayacağı da onun olgunluk ve cesaret düzeyi ile çok yakından ilgilidir. Dünyanın yuvarlak olduğunu kanıtlamaya çalışan Kolomb'un macerası veya Freud'un erken araştırmaları gibi bilimsel gerçeği herkes tarafından kabul edilen formüllere indirgenmeden önce keşfederken bile, gerçeği bulmak büyük ölçüde araştırmacının içindeki cesaret ve dürüstlük niteliklerine bağlıdır.

Filozof Schopenhauer'in Goethe'ye yazdığı bir mektup, bize gerçeği görmek için gereken iç çatışmanın bir portresini yansıtır. Yaptığı çalışmalar hakkındaki düşüncelerini anlatırken Schopenhauer şöyle der: "...sonra, şiltesinin üstünde yatan bir mahkumun önünde duran amansız bir yargıç gibi kendi ruhumun önünde durup, soracak başka bir şey kalmayana dek onu cevap vermeye zorlarım. Doktrinleri ve felsefeleri dolduran yanlışların ve ağza alınamayacak aptallıkların neredeyse hepsi, bu dürüstlük eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Gerçek, aranılmadığı için değil; düşünürün her zaman şu ya da bu önyargıyı kanıtlamayı ve popüler bir fikri yaralamaktan kaçınmayı amaçlamasından ve bu yüzden de hem başkalarına hem de kendine karşı aldatmacalara başvurmasından dolayı bulunamamıştır. Bir insanı filozof yapan her soruyu dürüstçe ve gönül rahatlığıyla cevaplandırma cesaretidir. O, Sofokles'in Oedipus'u gibi olmalıdır: kaderinin aydınlanması için çabalarken cevap olarak korkunç bir gerçeğin ortaya çıkacağını bilse bile yine de yorulmak bilmez arayışını sürdürmüştür. Ama çoğumuzun kalbinde bir Jocasta vardır: Oedipus'a daha fazla araştırmaması için yalvarır ve biz de ona uyarız. İşte bu yüzden de felsefe olduğu yer-

den daha ileri gidememektedir... Filozof, kendini acımadan sorguya çekmek zorundadır. Yine de bu felsefi cesaret yansımalar veya verilen kararlar sayesinde ortaya çıkmaz; zihnin doğuştan gelen bir eğilimi olmalıdır."

Bu mektuptan alıntı aldığında psikoanalist Ferenezi'nin yaptığı gibi biz de, eğer gerçeği görmek istiyorsak bu tür bir dürüstlüğün gerekli olduğunu ve bunun da zekadan dolayı değil doğuştan insanın içinde olan öz-bilinç kapasitesinden kaynaklandığını kabul ediyoruz. Bu tür bir dürüstlük, cesareti ve bireyin kendisiyle olan ilişkisini içine alan, ahlaki bir tavırdır; belli bir düzeye erişebilmekle kalmaz, hatta birey kendini bir insan olarak tatmin etmek istiyorsa belli bir düzeye erişmek zorundadır da.

Schopenhauer çok güzel bir şekilde, Kral Oedipus'u gerçeği görmek için gerekli cesaretin bir portresi; onun annesi ve karısı olan Jocasta'nın sözlerini de gerçeği görmekten kaçmanın cazibesi olarak gösterir. Oedipus, doğumunun etrafını sarmalayan korkunç sırrı açığa çıkarmak için kararlıdır; böylece, yıllar önce onu bir bebekken öldürme emri almış yaşlı çobanı çağırır. Çoban, Oedipus'un gerçekten annesiyle evlenip evlenmediğini açıklayabilecek tek insandır. Sofokles'in oyunundaki cümlelerde, Jocasta Oedipus'u vazgeçirmeye çalışır:

En iyisi hayatı kolay yaşa
Bir insanın yapabileceği gibi
Neden kimden bahsettiğini soruyorsun ki?
Hayır, aldırma -hiç hatırlama-

Oedipus ısrar etmeye devam edince bağırır,

Arama artık! Bıktım ve artık yeter!
Zavallı, ne olduğunu hiçbir zaman bilemeyesin!

Ama Oedipus onun siniri yüzünden geri adım atacak değildir:

Dinlemeyeceğim- tamamını bilmemek
Ne olursa olsun ben durmayacağım
Nereden geldiğimi bulmadan; ne kadar aşağı olsa da...
Çoban,
Ah, anlatmaktan öylesine korkuyorum ki!

dediğinde ise Oedipus yeniden katılır:

Ve ben de dinlemekten. Ama yine de duymalıyım- daha az olamaz.

Oedipus, babasını öldürdüğünü ve kendi annesi olan Jocasta ile evlendiğini anlayınca kendini kör eder. Bu sembolik olarak çok önemli bir harekettir: insanlar genellikle çok derin iç sorunlar yaşıyorlarsa "kendilerini kör ederler." Kendilerini, etraflarındaki gerçekten bir yere kadar uzaklaşmak için kör ederler. Oedipus bunu bir hayali yaşadığını fark edince yaptığı için biz de bunu trajik zorluğu simgeleyen bir davranış olarak alabiliriz: insanın kendisi ve nereden geldiği konusundaki gerçeği görmekteki "sınırlılığı" ve "körlüğü" olarak.

Oedipus'un durumu biraz olağandışı gelebilir ama onun gerçeği görme çabasıyla bizim hayatın genel akışı içindeki çabamız tür açısından değil sadece derece açısından farklıdır. Bu dram bize hem çok eski hem de sürekli yenilenen bir gerçeği, gerçekte kim olduğumuzu bulmaya çalışırken içimizde hissettiğimiz acı ve çelişkiyi yansıtır. Freud'u bir deha yapan, Oedipus'un annesiyle yatması değil, dramın bu yönüdür. Çünkü gerçeği aramak, her zaman görmekten hiç hoşlanmayacağımız şeyleri fark etme riskini de içinde taşır. Bireyin yaşadığı sürece taşıdığı inançlarından ve günlük değerlerinden koparılmayı göze alabilmesi için, hem kendisiyle ilişkisinde hem de önemli değerlere olan inancına güven içinde olması gerekir. İşte bu yüzden de Pascal'ın dediği gibi, "insan hayatında bilgiye gerçek bir sevgi duyulduğuna çok ender rastlanır."

Gerçeği görebilmek, insanın daha önce tartıştığımız özgün niteliklerinde de olduğu gibi, bireyin kendi bilincinde olabilmesine bağlıdır. Böylece karşısında olan durumu aşıp "hayatı düzgün bir şekilde ve bir bütün olarak" görebilir. Özbilinciyle kendi içinde arayışlara girerek orada dinlemesini bilen her insan için az ya da çok bir şeyler anlatacak bilgiyi bulabilir.

Eski Yunanlılar, Eflatun'un dediğine göre gerçeği, "hatıralarını tekrarlayarak" yani "hatırlayarak" bulacaklarına inanmışlardı. Bunu kanıtlamak için yaptığı ünlü gösterisinde Sokrat, Meno adındaki eğitimsiz köle bir çocuğu alır ve sadece ona sorular sorarak Pisagor Teoremini kanıtlamaya çalışır. Bu fenomenin çok rastlanan bir deneyim olduğunu kabullenmek için Eflatun'un efsanevi açıklamasını, yani hepimizin zihninde önceki hayatlarımızda edindiğimiz deneyimler sayesinde yerleşmiş bazı "düşünceler" olduğu ve bilginin ise bu düşünceleri hatırlamaktan ibaret olduğunu kabul etmek zorunda değiliz. Hepimiz yaşamımız boyunca, özellikle de ilk yıllarda farkında olduğumuzdan çok daha fazla gözlemliyor, deniyor ve "öğreniyorduk." Ebeveynlerimiz, öğretmenlerimiz ve toplumsal geleneklerle uyumlu bir yaşam sürmek ihtiyacımızdan dolayı da bunları bilinçaltı denilen o dolaba kilitlemek zorunda kalmıştık. "Doğruyu söyleyen çocuklar ve delilerdir" diye bir laf vardır ve ne yazık ki çocuklar kısa bir süre içinde doğru söylememeyi öğrenirler. Biz onu araştıracak kadar aydın, duyarlı, cesur ve uyanık olduğumuz sürece bu "unutulmuş" bilgi kaynağı da bize açık olacaktır.

Bu yüzden de insanların kendi benliklerini birer engel haline getirdikleri için gerçeği göremeyecekleri de yanlış bir kanıdır. "Bir camdan karanlık gözlerle bakıp" gördüğümüzü bozan benliğimiz değil, nevrotik ihtiyaçlar, baskılar ve çelişkilerdir. Bunlar, kendi önyargı ya da beklentilerimizden bazılarını diğer insanlara ve etrafımızdaki dünyaya "transfer" etmemize neden olurlar. İşte bu yüzden yanlışlara gerçek diye bakmamızın nedeni de kendimizin farkında olmayışımızdır. Bir insan kendi bilincinde olmaktan ne kadar uzaksa, endişe, mantıksız öfke ve hoşnutsuzluk tuzaklarına düşmesi de o kadar olasıdır. Ve gerçeği hissetmek için gizli içgüdüsel yolları kullanmamızı öfke arada sırada engelliyorsa, endişe de bunu her zaman yapmaktadır.

Ayrıca, eğer bir insan gerçeği görmek konusunda benliği dışta bırakmaya çalışırsa, yani Olympos dağından aşağı bakıp her şeyi gözlemleyen ruhani bir yargıç gibi sonuçlara varıyorsa, yine bir aldatmacanın içinde demektir. Gerçeğin mutlak olduğunu ve kendi bireysel ilgilerinden bağımsız, sadece doğruya en fazla yaklaşma eğiliminden kaynaklandığını farz ettiği için tehlikeli bir dogmacı haline gelebilir. İşin içindeki insanların o andaki gereksinim, arzu ve çabalarından arındırıldığı zaman gerçek olabilecek tek konu teknik konulardır. Aslında gerçeği görmekten kaçmanın en çok rastlanan yollarından biri (genellikle entelektüeller tarafından psikoterapide kullanılan "karşı koyma" şekli) sorunu iyice soyut veya genel bir hale getirmektir ve yeterince kurnaz bir soyutlama olursa birey harika görünen çözümler de yaratabilir. Ama gelin görün ki bütün o parlak soyutlanmış fikirler gerçekte sorunu çözmekten çok ondan kaçmanın bir yolunu yaratmıştır.

Gerçeği görmek, ayrı bir zekanın değil insanın bütününün bir fonksiyonudur: birey düşünme-hissetme-davranma birliği içinde ilerlerken yaşadığı deneyimler gerçektir. Gerçeğe olan bu yaklaşımda "zekayı daha az değil" insanı daha çok seviyoruz. Berdyaev otobiyografisinde, "Hayatım boyunca bir öğrenci oldum" der "ama evrensel olan gerçeği kendi içimde, özgürlüğümü kullanarak yaparım ve gerçek hakkındaki bilgim de benim gerçekle olan ilişkimdir."

Bir önceki bölümde Orestes'in enseste yönelik ve çocuksu bağlarından koptukça Miken'in önyargılarından, insanın başkalarının gözlerinde ve çevresinde sadece kendi imajını görme eğiliminden kurtulduğunu söylediğinden bahsetmiştik. Bu yüzden gerçeği görebilmek, duygusal ve ahlaki olgunlukla başa baş gider. Birey gerçeği bu şekilde görebildiği zaman konuşması da güven dolu bir hale gelir. Kendi inançlarına olan güveni soyut prensiplerden ya da başkalarının ona söylemesinden dolayı değil, kendi başına yaşadığı deneyimlerden ötürü güçlenir. Aynı zamanda da tevazu elde eder, çünkü daha önceki şeylerin bazı yanlarının bozuk olduğunu görmüş ve şu anda gördüklerinin de mükemmel olmayan yanlarının olacağını anlamıştır. Bu tür bir tevazu bireyin kendi inançlarını savunmasını zayıflatmaz; bunun aksine öğrenilecek yeni konular ve gelecekte keşfedilecek gerçekler için kapıyı açık tutar.

8

ZAMANIN ÖTESİNDEKİ İNSAN

Diğer taraftan, bir kısım okuyucunun aklını kurcalayan başka bir takım sorular olabilir. Örneğin "Olgunluğa ulaşmanın amaçlarını ve yollarını tartışmamız çok güzel ama" diye söze başlayanlar "fazla zamanımız kalmadı. Dünya yarı yarıya çıldırmış bir durumda, Üçüncü Dünya Savaşı kapıda bekliyor, felaketlerin ardı arkası kesilmiyor. Böyle bir durumda sağlıklı ve kalıcı bir benlik gelişiminden nasıl bahsedebiliriz?" şeklinde endişelerini dile getirebilirler.

Soruyu net olarak irdeleyelim. Önümüzde geçen savaşta orduda teğmen olarak savaşmış, şu anda ise bir gazetenin yayın yönetmenliğini yapan genç bir koca var. Enerjik ve cesur bir adam. Savaşa gitmeden az önce güzel ve yetenekli bir kadınla evlenmiş. Şimdi ne yazık ki, evliliğinde ciddi sorunlar yaşandığını fark ediyor. Muhtemelen psikoterapinin yardımıyla bile çözülmesi aylar hatta belki de yıllar alacak türden sorunlar bunlar. "Acaba bunlara değer mi?" diye adam soruyor terapiste. "Büyük ihtimalle beni yine uzak bir cepheye yollamaları uzun sürmeyecek. Sonrasını ise kim bilebilir? Belki de en iyisi bu evliliği bitirip geleceği belirsiz geçici ilişkilerle oyalanmak."

Ya da pırıl pırıl bir üniversite hocası olsun karşınızdaki. Tüm kalbini üzerinde yıllarca çalıştığı ve yazması dahi en az beş sene alacak bir kitaba adamış, bilime bir katkıda bulunmayı her şeyden fazla arzulayan bir öğretim üyesi. Onu verimli bir şekilde çalışmaktan alıkoyan bazı engelleri aşabilmek amacıyla psikoterapiyi denemeye karar vermiş. "İnsan önündeki birkaç yılın akıbetinden emin olmadan nasıl bütünsellik içinde bir kitap yazabilir?" diye merak ediyor. "Belki ben kitabımı bitirene dek bir atom bombası New York'u yeryüzünden silmiş olacak. O halde başlamaya değer mi?" Zaman sorunu, her şey için ne kadar geciktiğimizi düşünmek, modern insanı endişelerin en büyüğüne sürüklüyor.

Herkesin kendine göre sorunları var ama hepimiz saatin tik-taklarından endişeliyiz. Çağımızın ayrılmaz parçası olan belirsizliği her tür nevroz için bahane olarak göstermek alışkanlık oldu. "Her şey çığırından çıktı." deyip duruyoruz ama kendi ruhumuzun da bu arada çığırından çıkmış olabileceği aklımıza gelmiyor.

Nörotik eğilimlerimizin "felakete sürüklenen dünya" maskesi altına saklanmaya bayılması bir yana, bu konunun gerçekten de endişe verici bir boyutu mevcut. Bir süre daha endişe çağı devam edeceğe benzer: devekuşunu oynamak istemeyen her insan için belirsizlikle yüzleşmenin zamanı geldi demektir bu. Aydın çevrelerde entelektüeller, "Azizim, yanlış zamanda doğmuşuz." gibi diyaloglarla birbirlerini teselliye çabalıyorlar. Zaten bu diyalogların sonunda taraflardan biri mutlaka Rönesans devrinde, Antik çağda Atina veya Roma'da, Ortaçağın parlak dönemlerinde yaşamak için çok şeyler vereceğini söyleyerek bitirir tartışmayı.

Bu tip soruları "Biz bu çağda doğduk ve elimizden geleni

yapacağız." türü Stoacı cevaplarla geçiştirmek de aptalca olur. Onun yerine gelin insanın zamanla olan ilişkisini inceleyelim. Bu çok ilginç ilişkinin detaylarını keşfedersek, belki zamanın bir düşman değil de bir dost olduğuna ikna oluruz.

İNSANLAR SADECE SAATLERİN GÖLGESİNDE YAŞAYAMAZLAR

İnsanın karakteristik özelliklerinden biri de şimdiki zamanın dışında durup geleceğe ya da geçmişe bakabilmesidir. Gelecek ay veya gelecek yıl için bir taarruz planı yapan general, düşmanın nereden ve ne şekilde saldıracağını hayal edip ona göre bir savaş planı çizebilir. Böylece ordusunu savaştan uzun zaman önce olası tehlikelere karşı güvenceye almış olur.

Önemli bir günde konuşma yapacak bir konuşmacı yazacağı metni geçmişte yaptığı konuşmaları düşünerek daha kolay hazırlayabilir. Seyircinin tepkisini, hangi kısımların etkili olduğunu, hangilerinin olmadığını ve daha pek çok şeyi anımsar. Hayalinde olayı tekrar canlandırarak geçmişte yaşadığı bir deneyimi geliştirme imkanına sahiptir.

"Zamanın öncesine ve sonrasına bakabilmek" benliğin farkında olmayı zorunlu kılar. Bitkiler ve hayvanlar kantatif zaman birimleriyle yaşarlar: bir saat, bir hafta derken bir yıl sonunda ağacın halkalarına bir yenisi ekleniverir. Fakat insanlar için durum çok farklıdır: insan zamanı aşabilen bir memelidir. Semantik (anlambilim) dalında araştırmalar yapan Alfred Korzybski insanı diğer varlıklardan ayıran başlıca unsurun zamanı sınırlama kapasitesi olduğunu belirtmektedir. Bunun sayesinde der Korzybski, "Geçmişteki işlerin meyvelerini ve şimdinin deneyimlerini sermaye yapabilme potansiyelinden söz ediyorum. . . . İnsan hayatının, her seferinde, geçmişin mirası üzerine daha çok şey ekleme kapasitesini kastediyorum; Geleceğin bekçisi ve geçip giden çağların mirasçısı insandır demek istiyorum."

Psikolojik ve ruhsal açıdan insanlar yalnızca saatlere bağlı olarak yaşamazlar. İnsan için zaman yaptığı işin önemine bağlıdır. Diyelim dün bir adam gününün bir saatini metroda işine giderken, sekiz saatini sıkıcı işinde çalışarak, mesai sonrası on dakikasını aşık olduğu ve evlilik hayalleri kurduğu kızla ve akşam olunca da iki saatini gece kursunda geçirdi. Bugün metroda geçen iki saatle ilgili hiçbir detay hatırlamıyor- zaten çok boş bir yolculuktu ve yol boyunca uyumayı tercih etmişti. Ofiste geçen sekiz saat de onda fazla bir iz bırakmadı; akşam kursunu ise daha yakın geçmiş olmasından ötürü biraz daha net anımsıyor. Halbuki sevdiği kızla geçirdiği on dakika bütün gece aklından çıkmadı. O gece biri akşam kursuyla diğer üçü kızla ilgli olmak üzere dört rüya gördü. Yani aşık olduğu insana ayırdığı on dakika, geriye kalan yirmi saate göre zihninde çok daha fazla yer kapladı. Psikolojik olarak onun için önemli olan zamanın birim olarak ne kadar uzun veya kısa olduğu değil yaşadığı deneyimin anlamıydı, diğer bir deyişle onun umutlarına, gelişmesine ve kaygılarına olan etkisiydi.

Ya da otuz yaşında birisinin çocukluğuna dair anılarına göz atalım. Beş yaşına gelene dek başından binlerce olay geçti ama otuz yaşına geldiğinde bunlardan en fazla üç veya dördünü hatırlayabiliyor: arkadaşıyla oynamaya gittiğini ama arkadaşının daha büyük bir çocuğun peşine takılıp onu yalnız bıraktığını, Noel ağacının altında ilk kez üç tekerlekli bisikletini görüşünü, babasının eve sarhoş gelip annesine vurduğu geceyi ve köpeklerinin kaybolduğu günü. Tüm

anımsadıkları bunlardan ibaret ama o, yirmi beş sene önce olan bu olayları dün ne yaptığından daha net hatırlıyor olmasına çok şaşırıyor.

Hafıza geçmişin bizim üzerimizdeki izinden ibaret değildir; o bizim en derin umutlarımızın ve korkularımızın bekçisidir. Hafıza aynı zamanda zamanla aramızdaki esnek ve yaratıcı bağıntının ispatıdır. O, bir saatin yanı sıra deneyimlerimizin niteliklerinin de belirleyicisidir.

Yine de kantatif zamanı yok sayamayız: sadece zamanın tek boyutunun bu olmadığını anlattık. İnsan doğanın bir parçasıdır ve her yönden onun değişimlerinden etkilenir. Ne yaparsak yapalım insan ömrü yetmiş ile seksen yıl civarındadır. Yaşlanırız ya da bir seferde çok iş yapmaya kalkarsak çabuk yoruluruz. Saatlerden ve takvimlerden kaçılmaz; insan da günü geldiğinde ölür. İnsanı ölüm konusunda diğer canlılardan ayıran özellik, ölümlü olduklarını bilmeleri ve ölümü önceden algılayabilmeleridir. Zaman bilincini kullanarak hayatını kontrol edip planlayabilir.

Birey hayatını bilinçli bir şekilde yönlendirebilirse, zamanını da yapıcı amaçlar için kullanma fırsatı elde etmiş olur. Fakat ayak uydurmaya hevesli, başıboş olmayı seçer ya da seçimlerine göre değil de anlık dürtülerine uyarak hareket ederse kantatif zamanın kölesi durumuna düşer. Bu birey saatler ve dakikalarla hipnotize olmuştur. Haftada falanca saat ders verir; ya da saatte şu kadar çivi çakar; günlerden pazartesi veya cuma olup olmadığına bağlı olarak kendisini nasıl hissettiği değişkenlik gösterir. Ne kadar özgürlükten ve orijinallikten yoksunsa zaman onun üzerinde o denli egemen olur. Zamana kölelik eden insan, kendini hapsolmuş hisseder. Kişi canlı olmayı başaramazsa -canlı kelimesini yaşamının yönünü bilinçli olarak seçmiş insanlar için kullanıyorumzaman onun için yalnızca saat zamanını çağrıştırır.

"Dolu dolu yaşayan gerçekten yaşamış sayılır." der E.E.Cummings, "ama yüz yirmi yaşına dek yaşamış bir adam mutlaka dolu dolu yaşamıştır diye bir şart yoktur. 'O an bütün hayatıma bedeldi.' dersiniz. Klişe gibi görünen bu laf aslında çok doğrudur. Tersini hayal ederseniz, uzun bir tren yolculuğuna çıkarsınız ve can sıkıntısından patlarsınız. Zaman öldürmek için polisiye romanlar okursunuz. Eğer zamanınız güzel geçseydi onu öldürmek ister miydiniz?"

Zamanın avuçlarımızdan kayıp gittiği endişesinin kökeni, Hidrojen bombalarının kullanılacağı savaşlardan daha derinlerde bir yerlerdedir. Sonuçta her çağın, insanları ürküten kendine has nitelikleri vardır. Bir köpek için geçip giden bir ayın fazla önemi yoktur ama biz üzerinde düşününce daha fazla etkilenebiliriz. Zaman hep insanın düşmanı, ölümün gri yüzü gibi değerlendirilir. İnsanlar çok sık "Neyse ki zaman bizden yana" deyip rahatça bir soluk alma ihtiyacı duyarlar. Zamandan korktuğumuzun en bariz kanıtı yaşlanma korkusudur. Bu korkunun su yüzüne çıkardığı soru zaman bilinciyle yakından ilgilidir:

Büyüdüğümüz, yaşadığımız için mi yaşlanıyoruz yoksa çürümeye ve yok olmaya yüz tuttuğumuz için mi? Bence C.G. Jung bireyin hayatını yaşayamadığı oranda ölümden korktuğunu söylerken çok haklıydı. Yaşlanma korkusunu yenmenin en garantili yolu yaşanılan anın maksimum düzeyde tadını çıkarmaktır.

Ancak daha da önemlisi, insanlar zamandan ürker çünkü yalnızlık, "boşluğun" o korkunç hayaletini canlandırır. Günlük yaşam bazında bu olayı can sıkıntısından korkmada gözlemleriz. Erich Fromm'un da belirttiği gibi, "insan sıkılabilen tek varlıktır." Can sıkıntısı bireyin "hastayken zaman geçire-

bileceği" tek anı tanımlar. Bireyin zaman anlayışının ona söylediği tek şey sonbaharı kışın takip ettiği ve günlerin ardından gecelerin geldiği ise, acı veren bir can sıkıntısı ve boşluk kaçınılmazdır. Canımız sıkıldığında uyumamız gayet ilginçtir. Uyuyarak bilincimizi kapatmayı ve adeta yok olmayı isteriz. Her insan belli düzeyde can sıkıntısı duyar; her işin kendine göre monoton bir tarafı vardır. Ama birey faaliyetini özgürce seçmiş ve onaylamışsa amacı uğruna o işe katlanır.

Boş boş geçecek zaman beklentisi, yapılacak bir iş, gidilecek bir randevu uygulanacak bir plan olmadığını hissettirir bireye ve belirsizliğin bu kadarı insanı deliliğe kadar götürebilir. Makbet, duyduğu suçluluk ve çektiği endişeler yüzünden, daha doğrusu içine düştüğü boşluk yüzünden yaşamın hiçbir anlamı olmadığına inanır.

Böylesine bir ruh hali içindeki insanın en birinci arzusu Shakeapeare'in dediği gibi, zamanı yok etmek veya kendini zamana karşı duyarsız hale getirmektir. Duyarsız hale gelebilme çabası, uyuşturucu bağımlısı olmaktan zaman öldürmeye kadar uzanan bir olasılıklar zinciridir. Fransızca ve Yunanca gibi dillerde tatilden bahsederken "falanca yerde şu kadar zaman geçirdim ." denir. Biz bu ülkede de benzer bir yaklaşımla "burada şu kadar zaman harcadım." diyoruz. İnsanların zaman korkusuyla ilgili yapabileceğimiz başka entesan bir saptama da, insanların farkında olmadan bir yerde fazla zaman harcamaları durumunda "iyi vakit geçirdikleri" varsaymalarıdır. Böylece "iyi vakit geçirmek", can sıkıntısından kaçmakla bir tutulmuş olur. Sanki tek amaç canlılığı mümkün olduğu kadar azaltmak olarak tespit edilmiştir. Fred Allen'in ironik sözcükleriyle aktarmak gerekirse, "var olamamanın dayanılmaz güzellikteki büyüsü, hiçbir yarar sağlamayan bir kesintiye uğramıştır sanki."

Zamanın farkına varmanın nörotik, verimsiz yollarından biri yaşamayı ertelemektir. Bir ağacın veya hayvanın aksine insan şimdiki zamanın dışına çıkıp geçmişe veya geleceğe dönebilme şansı tanınmıştır. Yaşamı ertelemek adına verebileceğimiz en güzel örnek bu hayatta yapılan yanlışların cennette düzeltileceği, günahların ve sevapların orada halledileceği takıntısıdır. Çarlık Rusya'sının tutucu din çatısı altında halka benimsettiği fikirler Marx'ın ağır eleştirisine hedef olmuştur. Cennette güzel şeyler vaat ederek insanların zihnini ekonomik ve sosyal problemlerden uzaklaştırmaya kimsenin hakkı yoktur. Bunu yapan din gerçekten de toplumun afyonu konumuna düşer.

Günlük hayatta herhangi bir sorunla karşılaşan bireyin ilk işi, kendi kendine koleji bitirir bitirmez yapacağı şeyleri, evlenince her şeyin yoluna gireceğini ya da iş bulunca kazanacağı başarıları hatırlatmak olur. Mutsuzluk, can sıkıntısı veya amaçsızlık hissedince kafamızı başka yöne kanalize etmek amacıyla hep aynı soruyu sorarız benliğimize: "Olmasını dört gözle beklediğim güzel bir olay var mı? Varsa ne?" Geleceğe dair beslediğimiz umut, içinde bulunduğumuz anı öldürmemeli, bizi bir afyon gibi uyutmamalıdır. Sağlıklı ve yaratıcı anlamda umut -ister dini bir amaç için, ister mutlu bir evlilik beklentisi olarak, isterse de mesleki başarıları içeren cinsten olsun- gelecekteki mutlu bir olayın sevincini şimdiden tattıran bir enerji kaynağıdır. Salt sevincin beklentisi bile şimdiki hal ve tavrımızı olumlu yönde etkiler.

Nasıl geri dönüp geçmişi tarayabiliyorsak, geleceğin hayalini de kurabiliriz. Bir sorunla yüz yüze gelince her zaman için "Ama en azından filanca yılda çok güzel şeyler yaşamıştık." demek elimizdedir. Peşinden koştuğumuz mutlulukları

uzak geçmişte veya gelecekte aramaktan vazgeçmemek gibi bir eğilimimiz var. Kendimizi devamlı aynı efsanelerle oyalamayı seviyoruz. Cennet Bahçesi'ni tekrar tekrar dinlemeyi, çocukluk günlerinin saflığını anmayı, ister dünyevi isterse uhrevi olsun ütopyalar kovalamaya bayılıyoruz.

Yalnızca geleceğin umutlarına bağlananların bugünden kaçtıklarını söyledik. Maalesef geçmişte yaşayanlar için de bugünlerinden kaçtıkları geçerli. Geçmişin isli sayfalarından çıkmayı beceremeyenler, geçmişe duydukları sadakatin onlara cennetin kapısını açmayacağının bilincinde olmalarına rağmen geçmişten sürekli söz etmeyi harika bir meziyet sayıyorlar: zaten herkesin sorunları da çocukluk yaşantısına dayanmıyor mu? O halde geçmişteki gerçekler de bugün için iyi birer mazeret yaratmış oluyorlar. Terapi gören birey o günkü seansa gelmeden önce karısıyla kavga etmişse hemen çocukken annesinin ona nasıl davrandığını veya ilk kız arkadaşıyla aralarının nasıl olduğunu anlatmaya başlıyor. Böylelikle karısına karşı davranışının nedenlerini açıklamaya çalışıyor sanırım. Terapist genelde bireyin anlattıklarının bir kaçışı mı yoksa kendini anlamada bir aydınlanmayı mı işaret ettiğini görebilir.

Zamanı aşmanın yapıcı metotlarını öğrenmenin vakti geldi. Bazı okuyucuların "Ama birey o anda fazlasıyla yaşadığını hissederse de zamanın farkına varmayabilir. Mutlaka bir şeylerden kaçıyor olması gerekmez." şeklindeki itirazlarını duyar gibiyim. Doğru. Bu son koşulları düşünürsek, çok sıkıcı geçen bir saat bir haftaymış gibi gelebilir. Önceki durumda ise bir saat bir haftaymış gibi algılanır çünkü birey bu bir saatte sevincin ve mutluluğun doruğuna ulaşmıştır.

Goethe'nin tiyatro oyunu "Faust"ta zamanın ötesine geçme uğraşısı olağanüstü güzellikte tasvir edilmiştir. Faust şeytan Mephistopheles'le bir anlaşma yapar çünkü hayatından sıkılmış, her şeyden bıkmıştır. Hiçbir şey onu mutlu etmemekte, hayatta yapmaya değer hiçbir şey bulamamaktadır. Goethe'nin eseri, şeytanın yapacak işi olmayanlara musallat olacağını söyleyen halk hikayesini doğrulayacak niteliktedir. Mephistopheles Goethe'nin ağzından öyle şeyler söyler ki, Zamanı tam bir monotonluk olarak tanımladığına kuşku kalmaz.

Hikayenin ilerleyen bölümlerinde Faust arzuladığı her şeye -sevgilisi Margaret'e, Truvalı Helen'e, daha sonra bilgiye, güce- kavuşur ve en sonunda imparatorun baş danışmanlığına atanır. Yaşlanınca denizin sularını tutacak mendirekler inşa ettirme ve suların çekildiği yerlerde ürün yetiştirme görevini üstlenir. Ülkesinin insanları böylece toprağı işleme, ürün yetiştirme ve hayvancılık yapma imkanını elde ederler. Faust halkının mutluluğuna tanık olunca o ana dek yaşamadığı bir duyguyu tadar; o sonsuzluk anının sevincini içinde duyar.

O SİHİRLİ AN

Zamanla her yönden faydalı bir ilişki kurmanın ilk şartı şimdiki anın gerçekliğini bütünüyle yaşamaktır. Psikolojik bağlamda, içinde bulunduğumuz an sahip olduğumuz tek şeydir. Geçmiş ve geleceğin bizim için bir anlamı varsa o da içinde yaşadığımız andan dolayıdır: mazide kalan bir olay varlığını hala sürdürür çünkü ya siz o olayı şu anda düşünüyorsunuzdur ya da o olay sizin şimdiki deneyimlerinizi şekillendiriyordur. Geleceğin de bir gerçekliği vardır. Onu şimdiden zihninize kabul edebilirsiniz. Geçmiş de bir zamanlar şimdiki zamandı; gelecek de bir gün şimdiki zaman olacak.

Geleceğin veya geçmişin sanallığında yaşamı yakalamaya çalışmak yapaylık içerir; bizi gerçeklikten koparır. Gerçeklikten koparır diyorum çünkü biz aslında sadece şimdiki zamanı bütünüyle algılarız. Geçmişin görevi yaşadığımız anı aydınlatmaktır; geleceğinki ise şu anı zenginleştirip derinleştirmek. Kişi doğrudan kendine baktığında farkında olduğu tek şey, o andaki bilincinin kaydetmekte olduklarıdır. Benliğin gerçekliğini taşıyan bu an çok önemlidir ve ondan kaçmak büyük bir hata olur.

Geçmiş ve geleceğin psikolojik olarak şimdiki zamanda yaşadığını en ikna edici biçimde savunan psikoterapist Dr. Otto Rank'ti. 1920'lerin alışılagelmiş psikanaliz yöntemleri geçmişe yapay geziler yaptırarak hem gerçekliği hem de yaşamsal dinamiği öldürüyordu. Zihinsel faaliyetleri körelten bu geziler arkeolojik kazılar misali ilginç sonuçlar ortaya çıkarıyor ama bireyin hayatında hiçbir değişikliğe yol açamıyordu. Freud'un akademisyenlerle üzerinde en çok tartıştığı nokta bu olmuştur. Rank, bireyin geçmişine dair önemli detayları şimdiki ilişkilerine taşımak suretiyle psikoterapide gerçekliğe dönüş sürecini başlatmış oluyordu. Anne babayla olan ilk ilişkiler hastanın terapiste, karısına veya patronuna takındığı tavrı belirliyordu. (Freud da bu oluşuma haklı olarak transfer adını takmıştır.) Terapi esnasında bireyin bu ilk deneyimleri hakkında illa konuşması da gerekmez. Bazı davranışlar kelimelerden çok daha açıklayıcıdırlar. En temel iç çatışmalar, birey bunların hiç farkında olmasa bile, terapi odasında terapiste karşı sergilenen kızgınlık, bağımlılık, sevgi veya diğer başka tepkilerde somutlaşır. Terapide, bireyin iç dünyasında meydana gelen çatışmaları anlatmasına nazaran tekrar yaşamasının önemi buradan kaynaklanır.

Şu anı bütünüyle yaşamak kulağa geldiğinden çok daha zor olabilir. Bireyin kendisini deneyimler yaşayan bir "ben" olarak görebilmesi ilerlemiş düzeyde bir benlik bilinci gerektirir. Kişinin en önce deneyimi kimin yaşadığını bilmesi zorunludur. Otomatikliği aşamamış, özgür davranışlar gösteremeyen birinin şimdiki zamanı doğru olarak algılaması olanak dışıdır. Hiç sevmediği işinin rutinliğinden sıkılan bir adamın dediği gibi, "Sanki çalışan ben değil de bir başkasıymış gibi işimi yapıyorum." Böyle durumlarda yaptığımız işten milyonlarca mil uzakta olduğumuzu hissederiz. Üstümüze yarı uyku hali çöker, rüyalara dalar gideriz. Benlik ile yaşanan an arasına kalın bir duvar çekilmiş gibidir.

Kişinin benlik bilinci ne denli güçlenmişse -yaptığı işi ne oranda direkt olarak algılıyorsa- şimdiki zamana verdiği tepki de aynı miktarda artar. Benlik bilinci gibi, şimdiki anı anlama kapasitesi de üzerinde çalışılarak geliştirilebilir. "Ben şu anda ne tür bir deneyim yaşıyorum?" Aynı şekilde, "Şu anda neredeyim ben? Benim için hali hazırda en öncelikli duygu ne?" sorularını kendimize sıkça sormanın azımsanamayacak yararı dokunur.

İçinde yaşanılan anın gerçekliğiyle burun buruna gelmek endişeyi peşinden sürükler. En basit anlamıyla bu endişe, "çıplak kalma" endişesidir. Kaçıp saklanamayacağımız, geri çekilemeyeceğimiz bir gerçekle yüz yüze gelme hissidir. Bunu çok hoşlandığımız veya hayranlık duyduğumuz biriyle aniden karşılaşmaya benzetebiliriz: Karşımızda yoğun biçimde yaşadığımız bir ilişki durmaktadır ve en azından bir tepki vermemiz zorunludur. Yoğun yaratıcı faaliyetlerden söz ederken üzerinde durduğumuz yoğun deneyimler, o anın büyüsü, o çıplaklık ama yanındaki sonsuz mutluluk hissi burada da eksiksiz geçerlidir.

Şimdiki zamanla yüz yüze gelmenin yarattığı kaygıyı

açıklayan daha belirgin bir neden, karar verme ve sorumluluğu yerine getirme yüküdür. Geçmişle veya uzak gelecekle ilgili elimizden pek fazla bir şey gelmez- onların sadece hayalini kurarız, ne güzel! Ne kadar rahatlatıcı, sıkıntı veren düşüncelerden uzak bir meşguliyet! Karısıyla kavga eden adam tartışmayı annesine rahatlıkla anlatır ama karısıyla ettiği kavganın üzerinde kafa yormak er ya da geç şimdi ne yapacağı sorusunu akla getirir. "Evlendiğim zaman"ın hayalini kurmak "Neden sosyal hayatımı şimdi bir düzene koymuyorum?" sorusuna yanıt vermekten daha kolaydır. "Üniversiteyi bitirince gireceğim iş" hakkında sevinmek yerine neden derslerin şimdiki önemini düşünmüyoruz? Üniversitede bulunmanın amacı ne ki zaten?

Geleceğin değerini tam anlayabilmek için şimdiki zamanı açık yüreklilikle kabullenmek şarttır. Ne de olsa geleceği doğuran ve büyüten içinde bulunduğumuz andır. Faust şimdiki varlığının ebediyetin karanlığının ötesine geçeceğini söyler. Yani her canlının sonsuzluğa sarkan bir boyutu vardır. "Fikirlerin veya arkada bırakılan şeylerin ölümsüzlüğü"nden söz etmiyorum. Bilinçle gerçekleştirilen her yaratıcı aktivite, zamanın kantatif sınırlarını aşar. Kimse bir resmin değerini ebatlarına veya kaç günde yapıldığına göre biçmez: Bir resmin değerini en güzel resmin ta kendisi, resim yaparkenki deneyimler verir.

Dinde sıkça adı geçen "sonsuz hayat" kavramına burada geri dönmüş oluyoruz. "Sonsuz hayat" genellikle zamanın sonu olmadığını ima etmek için kullanılır, sanki sınırsızca bir yıldan ötekine geçiyormuşuz gibi. Kimin hangi amaca hizmetle yaptığını anlamadığım bir şey varsa o da karayollarına bakan binaların üzerine yoldan geçenlerin dikkatini çekmek üzere yazılmış şu slogandır: "Sonsuzluğu nerede harcayacaksınız?" Eğer biraz kafa yorarsanız bu sorunun kendi içinde çelişkiler taşıdığını göreceksiniz. "Harcamak" kelimesi sınırlı ve miktarı belirli şeyler için kullanılır: Örneğin paranızın yarısını harcarsanız, geriye diğer yarısı kalır. Peki sonsuzluğun üçte biri veya yarısı nasıl harcanır? Bir yıl, ardından bir yıl daha ve bir tane daha. Son derece sıkıcı bir bakış açısı. Sonsuzluğun bu yorumu psikolojik olarak olsa olsa kabul edilemez diye nitelendirilebilir. Ayrıca mantıksal olarak saçma olduğu kadar teolojik anlamda da pek sağlam bir iddia değildir. Sonsuzluğun zamana dayalı bir niteliği yoktur; o zamanın ötesinde bir şeydir. Sonsuzluğun "yarınlar" dizisinden farklı bir şey olduğunu duyumsamak için müzik dinlerken yaşanan sonsuzluk hissini teolojik anlamda yorumlamaya gerek duyduğumuzu hiç sanmıyorum.

Sonsuzluk yaşadığınız her an ile benliğinizi nasıl bağdaştırdığınıza bağlıdır. Goethe de aynı gerçeği Faust'un ağzından duyurur: "Böylesine bir hazzın sezgisiyle" der Faust, sonsuzluğun şimdiki ana yansıyan varlığını hissederek.

"Sonsuzluk" kavramının yanlış kullanımı ve yorumlanması birçok akıllı bireyin bu kavramdan uzak durmasına neden olmuştur ki, insan ruhunun deneyimlerinin önemli bir kısmının atlandığı düşünülürse bu çok talihsiz bir durumdur. "Sonsuzluk"tan uzak durmak psikolojik ve felsefi açıdan zihnimizi büyük bir kısıtlama altına sokmuştur. "Felsefenin esas problemi zamanla ilgilidir." diye yazar Berdyaev. "Zamanın içinden bir an" diye de ekler, "sonsuzluğa bağlandığı an gerçek değerini kazanır; sonsuzluğun içinde bir atom olabilmenin erdemini taşır."

Görüyoruz ki, şimdiki zaman yalnızca saatin kollarına bağlı değildir. O daima "bir şeylere gebedir", açılmayı, bir şeyleri doğurmayı bekler. Benliğinizin derinlerine bakmaya

çalışın, aklınızdan geçen bir şeye asılın sonra da. Bilincinizin derinliklerinde bir bağdaştırmalar ve fikirler denizi bulacaksınız. Korkmadan tadını çıkarın bu zenginliğin. Ya da rüyalarınızdan birini ele alın. Çalar saatin sesiyle bir anda kayboldu ama onu anlatmanız dakikalarca sürebilir. Emin olabilirsiniz ki, insanlar sürekli bir şeyleri seçerler ve beste yaptığı anlar veya psikoterapi seansları hariç, rüyalarını ve fantezilerini yaşamazlar. Rüyalarını yaşarken bile gerçek hayattan kopmayan bir farkındalığı muhafaza ederler. Yani bu anların bir "sonu" vardır ama olgunluğa erişmiş birey bu anları unutmaz. Bu anın aynı zamanda "sonsuz" bir tarafı da vardır ki o da her seferinde farklı olasılıklarla karşımıza çıkmasıdır. Zaman insan için bir koridor değildir, sürekli bir açıklıktır.

"SONSUZLUĞUN IŞIĞINDA"

Bizi zamanın rutin çarkından dışarı çıkaran birçok deneyim vardır ama nedense bunlardan sadece biri hep kafaları meşgul eder: Ölüm. Modern İngiliz edebiyatı yazarlarından biri nasıl yıllarca alışılmış kurallara göre yazmaya çalıştığını anlatıyor: " Formülüne uygun yazabileceğimi sanıyordum." diyor yazar kuralların gölgesinden gittiği yılları tarif ederken. "Ama savaş sırasında eserlerimin neden basılmadığının yanıtını buldum... Ertesi güne sağ kalamama olasılığının olduğunu anlayınca, yazmak istediğiniz gibi yazmaya başlıyorsunuz."

Bu yazarın en sonunda stilinin beğenildiğini anlattığımızda herkes bundan başarılı olmaya dair belli bir ders çıkarma eğilimine giriyor: "Yazmak istediğiniz gibi yazarsanız başarılı olursunuz." Oysa bizim vermeyi arzuladığımız ana fikirle bu mesajın ortak pek bir yönü yok. Yazarın önceden dış kurallara ve kendine ait olmayan amaçlar ışığında yazması bir yazar olarak olumlu niteliklerinin ve yazma gücünün önüne bir set çekmişti. Fakat ölüme yaklaştığı bir anda bu saplantıdan vazgeçmeye karar verdi. Eğer yarın ölecekse, standart formüllere uymanın ne anlamı vardı ki? Yazarlığın ödülü standart kurallara uygun eserler vermekten geçse bile, eğer o ödül geldiğinde bireyin artık yaşamıyor olma olasılığı mevcutsa bu ödülü beklemenin bir anlamı kalıyor muydu? Ne zaman geleceği, hatta gelip gelmeyeceği dahi belli olmayan bir başarıyı bekleyip durmaktansa benlikle bütünleşerek yazılmış satırların sevincini tatmak daha iyi olmaz mıydı?

Ölüm olasılığı bize ilelebet yaşamayacağımızı hatırlatır ve bizi zamanın dönüp duran çarkının dışına çıkmaya zorlar. Bir anlamda bizi şimdiki anı ciddiye almamız konusunda uyarır. Bugünün işini yarına bırakmayı mantıklı gösteren bir atasözü "Yarın da kutsal bir gündür." der ancak bu söz artık rahatlama ya da mazeret gösterme nedeni olamaz çünkü hiç kimsenin sonsuza kadar oturup bekleyemeyeceğinin bilincindeyiz. Şimdi yaşıyor olabiliriz ama bu hep böyle sürmeyecek, o zaman neden sahip olduğumuz zamanı ilginç şeyler yaparak değerlendirmiyoruz? Eski Ahit'in kara mizahçı şairi adını alan Ecclesiastes, bu gerçeği "Her şey boştur." diyerek bir şiirinde dile getirir. Ecclesiastes'e göre akıllı birey ödüllerini ve cezalarını bekleyerek ömür geçirmeyendir. "Bileğinizin gücü neye yetiyorsa, bütün gücünüzle o işi yapmaya bakın. Mezara giderken yanınızda ne işinizi, ne bilgilerinizi, ne aklınızı ne de mallarınızı götürebilirsiniz." diye de Ecclesiastes'in dizeleri sürer.

Spinoza her zaman insanların sonsuzluğun havasını soluyarak davranmasını savunmaktan hoşlanırdı. "Bana göre

sonsuzluk, var olmak demektir. . . . Bir şeyin varlığı, mesela mutlak gerçek, bilinen zaman birimleriyle açıklanamaz. . ." Spinoza bir şeyin varlığının o şeyin özüne bağlı olduğunu ifade ederek sözlerini sürdürür. Bu tez ilk bakışta göründüğü kadar anlaşılması güç değildir aslında. Kişinin benliğine olayı uyarlarsak, birey ancak kendi özünden gelen davranışları gerçekleştirirse sonsuzluğun havasını yakalayabilir. Demin bahsettiğimiz yazar gibi, sürekli değişen modadan veya eğilimlerden değil de bizi ayrıcalıklı bir birey yapan kişiliğimizden yola çıkarsak gerçek potansiyelimizi sonsuzluğa taşıyabiliriz. Sonsuzlukta yaşamak dolu dolu yaşamakla eş anlamlı olmamakla beraber dinin veya dogmaların gölgesinde yaşamak da değildir. Dolu dolu yaşamak kararları özgürce ve sorumlulukların bilincine vararak, benliği bize mahsus karakter özellikleriyle birleştirerek mümkün kılınır.

HANGİ ÇAĞDA OLDUĞUMUZUN ÖNEMİ YOK

Bu bölümdeki açıklamalarımız, en derinde, yaşadığımız çağın genel olarak bir önem taşımadığı sonucuna varıyor. Üzerinde durmamız gereken konu, bireyin kendi benliği içerisinde ve yaşadığı çağa göre iç bağımsızlığını nasıl kazanacağı ve ruhunda bütünlüğe nasıl ulaşacağıdır. İster Rönesans devrinde, ister on üçüncü yüzyıl Fransa'sında, istersek de Roma'nın yıkılış döneminde yaşıyor olalım, ait olduğumuz çağın bir parçası olmaktan başka şansımız yoktur. Savaşlarıyla, ekonomik krizleriyle, başarılarıyla biz o çağa aidizdir. Entegre olmuş hiçbir toplum tek bir bireye göre şekillenmez fakat bireyi benlik bilincine ulaşıp sorumluluk gerektiren kararlar almaktan da alıkoymaz. Dünyadaki hiçbir kriz bireyin kendisi için seçimler yapmasını engelleyemez. Söz konusu olan bizzat bireyin kaderi olsa bile, her zaman son kararı vermek hakkı bireye tanınmıştır. Her şeyin bir zamanlar mükemmel olduğu bir çağa ayak uydurabileceğine inananlar, Antik Yunan'da veya Rönesans İtalya'sında yaşamış olmayı dileyenler çok fazladır. Bir fanteziyi aştığı takdirde devamlı bu dileklere bağlı kalmak insanın zamanla olan anlaşmasına aykırıdır. Unutmamak gerekir ki, o yıllarda bireyin kendini keşfedilme olanakları şimdikine göre çok daha sınırlıydı. Bugün bizler için tarihi dönemimizin göğsüne yaslanıp rahat nefes almak biraz imkansız gibi geliyor, yani daha fazla kendimize muhtaç kalıyoruz. Günü yaşamak için kendimizi bulmaktan başka çıkar yol yok bize. Her çağda yaşamanın artıları ve eksileri var. Artık anladık ki, her birey kendi benlik bilincini bulmak ve bunu içinde yaşadığı çağı aşarak başarmak zorunda.

Kronolojik yaşımız için de benzer çıkarımlara varabiliriz. Yirmi yaşındaymışız, kırk yaşındaymışız hiç fark etmez. Gelişimimizin belirli bir safhasında benlik kapasitemizden verimli bir biçimde yararlanmamız esas odak noktasını belirliyor. Nasıl olup da sekiz yaşındaki bir çocuğun otuz yaşına gelmiş nörotik birisine göre "bireysel anlamda üstün" geldiğini merak ediyorsanız, cevabı yukarıdaki satırlarda. Çocuğun üstünlüğü biyolojik yaşıyla ilgili değildir; bu çocuk muhtemelen kendi kendine bakamaz, bir yetişkin kadar fiziksel gücü de yoktur ama duyguların dürüstçe dışavurumu, orijinalliği, seçimler yaparken kapasitesinden yararlanmasına gelince durum değişir. Yirmi yaşındaki birinin "otuz beşime gelince yaşamaya başlayacağım." sözleri ile ellisine merdiven dayamış birinin "Artık benden geçmiş, gençlik de kalmadı." şeklindeki yakınmaları eşit derecede yanlış varsayımlar üzerine kurulmuştur. Daha ilginç olan da nedir, biliyor

musunuz? Yirmisindeyken otuz beş yaşı iple çeken ve ellisine gelince yirmi yaşın enerjisini arayan aynı bireydir.

Zamanın ötesine geçme teması Orestes'in trajedisinde de işlenmiştir. Ensest çemberini kırma mücadelesinde Orestes'in kendini başkalarının gözlerinden izlemekten kurtulduğunu ve sevgisini ailesinin dışındaki dünyaya yönelttiğini dördüncü bölümde incelemiştik. Tüm bunlar sonsuzluğun içinde yaşamaya örnektir. Orestes'in Miken'in dışına çıkıp insanlığa doğru bir adım atmasını içeren gelişmelerdir oyunda anlatılanlar. Oyunun sonunda Orestes sahneden iner ve onun ölümünü Jeffers'ın dilinden tasvir eden şu sözler duyulur:

Genç veya yaşlı, birkaç yıl ya da uzun bir asır
neredeyse hiçbir şey ifade etmiyordu
Zamanın ötesindeki kuleye bilerek çıkmış olan o'na. . .

İnsanın görevi ve yeteneği, düşünemeyen ve özgür olmayan bir varlık olarak başladığı yolculuğu, önce varlığıyla, sonra doğumuyla, daha sonra farkındalığıyla, krizler, bunalımlar ve gelişmeler atlatarak büyümesiyle ve en sonunda yüksek sezgisel faaliyete eriştiği bütünsellikle tamamlamaktır. Bu yolculukta atılacak her adım onu otomatik zamanın kölesi olmaktan kurtaracak, farkında olduğu zaman boyutunun ötesine taşıyacak, hayatını kendi seçimlerine göre yönlendirmesinde ona yardımcı olacaktır. Otuz yaşında ulaşabildiği en yüksek seviyeye ulaşıp kaçınılmaz olarak gelen ölümü kabullenen birey, seksen yaşına geldiği halde hala ölüm döşeğinde gerçeklerden kaçmayı uman bireye göre çok daha olgunlaşmış demektir.

Hayatın amacı her anı özgürce, dürüstçe ve sorumluluk yüklenerek yaşamaktır. Hepimiz kendi doğamızın bu amacı gerçekleştirdiği ölçüde yaşamdan tatmin oluruz. Ancak bu koşullar altında her deneyimimiz sevinç ve huzurla süslenir. Genç öğretim üyesinin kitabını bitirip bitiremeyeceği ikinci planda kalan bir sorudur: birinci planda kitabı başkasının övgüsünü toplamak için mi yoksa doğru olduğuna inandığı gerçekleri savunmak için mi yazmaya karar vermiş olduğu yatar. Savaştan yeni dönen koca karısıyla ilişkisinin önümüzdeki beş sene içinde ne hale geleceğinden emin değildir. Peki bir hafta sonra yaşıyor olacağımızdan emin olabilir miyiz? Çağımızın belirsizliği bize en değerli kriterin etrafla kurduğumuz bağlarda sevgi, bütünlük, dürüstlük, cesaret olduğunu öğretmiyor mu? Eğer bu kriterlere uymuyorsak zaten geleceğimizi de inşa etmiyoruz demektir. Şayet bu kriterleri doldurabiliyorsak, işte o zaman geleceğe umutla ve güvenle bakabiliriz.

Özgürlük, sorumluluk, içsel bütünlük, sevgi, cesaret. . . Bu saydıklarımın hepsi kimsenin tamamen erişemediği ideal özelliklerdir ama bizler için psikolojik hedefleri çizerler. Sokrat ideal topluma ve ideal yaşam tarzına dair görüşlerini açıklarken Glaucon ona itiraz etti: "Sokrat, ben senin tarif ettiğin türde bir şehrin dünya üzerinde hiçbir yerde olduğuna inanmıyorum." Sokrat cevap verdi: "Böyle bir şehir dünya üzerinde olsun ya da olmasın; aklı olan insan bu hayat tarzını nerede yaşarsa yaşasın uygulamaya çalışır ve böylece kendi hanesini düzene sokar."

ÇIKAN KİTAPLAR

• GEÇMİŞİN GÖLGELERİ	Nil Gün	
• KURALDIŞI VE ÖTESİ	Nil Gün	
• FARKINDALIĞIN IŞIĞI	Jiddhu Krishnamurti	*Nil Gün*
• ÜÇ DAKİKALIK MEDİTASYON	David Harp	*Neslihan Altunel*
• SENİN YANINDA KENDİM OLMAKTAN NEDEN KORKUYORUM	John Powell	*Serdar Pazı*
• BİLİNÇALTININ GÜCÜ	Joseph Murphy	*Aysun Babacan*
• ZENGİNLİĞİN BİLİNÇALTI	Joseph Murphy	*Nil Gün*
• BAĞIMDAŞLIĞA SON	Melody Beattie	*Ayfer Çelebi*
• YALNIZLIK SEVME KORKUSU	Ira Tanner	*Koray Sönmez*
• KENDİN OLMAK	Wayne Dyer	*Ufuk Önen*
• SEVGİ KORKUDAN ÖZGÜRLEŞMEKTİR	Gerald Jampolsky	*Salih Serin*
• SUÇLULUĞA ELVEDA	Gerald Jampolsky	*Sevinç İslamoğulları*
• HAYAL MÜHENDİSLİĞİ	Serge King	*Aysun Babacan*
• DİNLER, DEĞERLER, DORUK DENEYİMLER	Abraham Maslow	*Koray Sönmez*
• KISKANÇLIK	Gordon Clanton, Lynn Smith	*İdil Gürbüz*
• İLK KEZ	Karen Bouris	*Betül Yanık*
• GİZEMCİ CİNSELLİK	Louis William Meldman	*Şenol Ensari*
• DEĞİŞİMİN DANSI	Michael Lindfield	*Ebru Noyun*
• SİHİRLİ DEĞNEK	B.Sher-Annie Gottlieb	*Ayşegül Böğrün*
• KİŞİLİK	I.B.Myers-P.B. Myers	*Hüsnü Ovacık*
• HİPNOZ VE MEDİTASYON	Ormond McGill	*Şanra*
• SEVGİ KURSU	Joan Gattuso	*Ayfer Akay Çelebi*
• ASLA BENİM BAŞIMA GELMEZ	Claudia Black	*Hilal Arısoy*
• GÜNLERİNİZ SAYILIDIR	Florence Campbell	*Tülay Katırcıoğlu*
• BEYAZ ERKEK SİSTEMİ	Anne Wilson Schaef	*Ali Çakıroğlu*

• HARLEY'LE GELEN TANRI	Joan Brady	*Nil Gün*
• AKLINI KAYBET KENDİNİ BUL	Karen Alexander	*Koray Sönmez*
• DİNGİN SAVAŞÇI	Dan Millman	*Koray Sönmez*
• KOZMİK POSTACI ZAMAN KAYMASI	John Gribbin	*Ercan Arısoy*
• HOLOGRAFİK EVREN I GERÇEĞİN YENİ YORUMU	Ken Wilber	*Ali Çakıroğlu*
• HOLOGRAFİK EVREN II FİZİK MİSTİSİZM İLİŞKİSİ	Ken Wilber	*Ali Çakıroğlu*
• KENDİSİ OLAMAYAN İNSAN	Everett L. Shostrom	*Dr. Kağan Kocatepe*
• SUÇLU SEN DEĞİLSİN	Wendy Maltz Beverly Holman	*Mukadder Aykırı*

KURALDIŞI MEDİTASYON KASETLERİ

STRES İÇİN MEDİTASYON

Subliminal-bilinçaltı eşiği mesajları ile

NİL GÜN

Günümüzde stres her insanın sorunu. Stres ruhta can sıkıntısı, zihinde karmaşa, endişe, korku, bedende yorgunluk, uykusuzluk, değişik hastalıklar yaratıyor.

Bu kasedi işyerinde, evde, kendinizi stres altında hissettiğiniz herhangi bir anda kullanabilirisniz. Stres meditasyonunun bitiminde kendinizi dinç, canlı ve rahat hissedeceksiniz. Önemli bir görüşmeden, toplantıdan, karar verme aşamasından önce yapılan stres meditasyonu size büyük ölçüde yararlı olacaktır. Gününüzün verimliliği artacaktır.

Düzenli, her gün yapılan meditasyonun ruh / zihin / beden sağlığınıza olumlu etkisi vardır. Kendinize her gün zaman ayıracak kadar değerlisiniz.

ÇAKRA MEDİTASYONU

Subliminal-bilinçaltı eşiği mesajları ile

NİL GÜN

Çakra meditasyonu, bedeninizdeki enerji tıkanıklıklarının açılmasını, çakra merkezlerinin uyarılmasını, yaşam enerjisinin bedeninizden kolaylıkla akmasını amaçlıyor.

Sanskrit dilinde "Yaşam Tekerleği" anlamına gelen çakraların açık olmaması, bedenin hormonal düzenini etkiler. Bedensel, duygusal, zihinsel ve ruhsal hastalıklara neden olur. Açık olması halinde, kendimizi daha canlı, enerjik, sağlıklı ve mutlu hissederiz. Bilinç düzeyimiz genişler, iç ve dış dünyamız uyumlu hale gelir.

Çakra meditasyonunu, günlük meditasyon olarak yaptığınızda algılama kapasitenizin artışına kısa bir sürede tanık olacaksınız. Meditasyon artık "yapılan" bir şey olmaktan çıkacak zihininizin doğal hali olarak "kendiliğinden" bir süreklilik kazanacaktır.

Genel Dağıtım: ADA MÜZİK DAĞITIM HİZMETLERİ TİC. LTD. ŞTİ.
İMÇ 5.Blok 5471 Unkapanı - İstanbul
Tel: (212) 513 02 62 - 520 99 33 Fax: (212) 513 92 79

KURALDIŞI

WORKSHOP

DENEYİMSEL FARKINDALIK ÇALIŞMASI

- STRES VE MEDİTASYON
- ÖZGÜVEN GELİŞTİRME
- İLİŞKİ (KADIN-ERKEK)
- İLETİŞİM
- GEÇMİŞİN GÖLGELERİ
- KENDİN OLMAK
- REBIRTHING

Yöneten: NİL GÜN

Düzenleyen
KURALDIŞI YAYINCILIK

Sinan Ercan Cad. No:34/33 Erenköy - İST. Tel: (216) 380 29 24 - 445 22 14

STRES VE MEDİTASYON

İYİ STRES
- Konsantrasyon yüksekliği
- Yüksek enerji
- Güçlü motivasyon
- Başarma dürtüsü

KÖTÜ STRES
- Gergin
- Endişeli
- Kızgın ya da depresif
- Çaresiz

ÇİRKİN STRES
- Sürekli yorgunluk
- Kronik depresyon
- Sağlık sorunları
- Düşük özgüven

İYİ, KÖTÜ VE ÇİRKİN

- Hafta sonu sevdiğiniz insanla evleniyorsunuz. Heyecan, coşku dolu ve tatlı bir telaş içindesiniz. her şeyin mükemmel olması için bir koşuşturmacadır gidiyor. (İyi stres)
- Nikah saatine beş dakika var ve damat hala ortalarda yok. (Kötü stres)
- Uzun yıllardır evlisiniz. Sevdiğiniz insan hiç de sevginize layık değilmiş. Sürekli sizi aldattığını biliyorsunuz. Ama hiçbir şey yapamıyorsunuz. Çünkü ev kadınısınız, ekonomik açıdan eşinize bağımlısınız, iki çocuğunuz var. Boşanmayı düşünmek bir yana, "o beni boşarsa ne yaparım" diye korku içinde yaşıyorsunuz. (Çirkin Stres)

- Çalışmayı çok istediğiniz bir işyerinden telefon geliyor. Onca aday arasından sizin işe alındığınızı bildiriyorlar. Üstelik çok heyecan verici bir projenin-başına getirildiğinizi öğreniyorsunuz. (İyi Stres)
- İşinize başlama günü geldi. Heyecanla arabanıza biniyorsunuz. Ama yolda sürekli kırmızı ışığa rastgeldiğiniz yetmiyormuş gibi bir de tekerleğiniz patlıyor. (Kötü Stres)
- Yıllardır çalıştığınız işyeri artık size doyum vermiyor. Maaşınıza herkesten daha az zam yapılması bir yana, sizden çok sonra işe giren çocuk, müdürünüz konumuna geldi. Kendinizi sömürülmüş ve haksızlığa uğramış hissediyorsunuz. Ama bu yaştan sonra kim sizi işe almak ister ki. Her şeye yeniden başlamak çok zor. Ne, o güce sahip olduğunuzu hissediyorsunuz ne de yarına ait bir umudunuz var. (Çirkin Stres)

İnsanların stresi en yoğun olarak yaşadığı temel konular:
1 - Aile içi ilişkiler
2 - İş ve ev yaşamı arasındaki çelişkiler
3 - Ekonomik sorunlar

Bu çalışmada öğreneceğiniz değişik yöntemlerle, yaşamınızdaki stresi "iyi"leştirmeyi başaracaksınız. Çünkü kötü ve çirkinin hakkından "iyi" gelir.

ÖZGÜVEN GELİŞTİRME

- Kendi davranış kalıplarınızın farkında olmak ve başkalarının üzerindeki etkilerini gözlemleyebilmek
- Otomatik tepkilerinizin farkında olarak, tepkilerinizi yerinde ve zamanında gösterme yetisini kazanmak
- İletişimin değişik yollarını bilinçlice deneyimlemek
- Çelişkilerle yüzleşebilmek
- Kontrolcü baskı ve otoriteyi reddedebilmek
- Duygularınızı içtenlikle ifade edebilmek ve başkalarının duygularına sağlıklı tepkiler verebilmek
- Empati geliştirmek
- Gerçekten "haklı" olduğunuz durumlarda, çoğunluk size karşı olsa bile etkin olabilmek
- Tepkiselliğiniz yüzünden "haklı" iken "haksız" konuma düşmemeyi öğrenmek
- Olumlu "feedback" verebilmek
- İlk kez karşılaştığınız insanlarla "merhaba" dedikten sonra iletişim kurabilmek.
- "Hayır" demek istediğinizde "hayır" diyebilmek
- "Evet demek istediğinizde "evet" diyebilmek
- En agresif insanlarla bile başedebilmek

Grup dinamiği oyunları ile özgüveninizi süreç içinde kazanacağınız bu bireysel gelişim workshopu, bir deneyimsel farkındalık çalışmasıdır

İLİŞKİ (KADIN-ERKEK)

BEKARSANIZ;

- Bu kez farklı olacak diye başladığınız ilişkilerinizin sonu hep hüsran mı oluyor?
- Karşı cinsle iletişim kurmakta güçlük mü çekiyorsunuz?
- Kadınları / erkekleri anlamak mümkün değil diye mi düşünüyorsunuz?
- Aşk, tutku, alışkanlık ve sevgi arasındaki farkı biliyor musunuz?
- Kadınlar / erkekler konusunda şanssız olduğunuzu mu düşünüyorsunuz?
- Geçmiş ilişkilerinizdeki partnerlerinizin hep ortak özellikleri mi var?

EVLİ YA DA BİRLİKTESİNİZ;

- Eşinizle / sevgilinizle birlikteliğiniz monotonlaştı mı?
- Partneriniz tarafından anlaşılmadığınızı mı düşünüyorsunuz?
- Partneriniz yaşamınızda bir boşluk mu dolduruyor?
- "Mutlu aşk yoktur" sözüne inanıyor musunuz?
- Birlikteliğin temeli olarak gördüğünüz şeylerin her insan için farklı olduğunu hiç düşündünüz mü?
- Evlilik/birliktelik içinde yalnızlık duyuyor musunuz?

Özetle;

- Sevgiyi yaşamanızı engelleyen şeyin, takılan maskeler, benimsenen roller ve imajlar olduğunu biliyor musunuz?
- Siz karşı cins olsaydınız, kendinizi eş ya da sevgili olarak seçer miydiniz?

Bir kadınla bir erkeğin ilişkiyi başlatması kolaydır. Sorunlar ilişkiyi sürdürmekte çıkar.
Çünkü karakter, kişilik ve gereksinim farklılıkları zaman içinde sorun yaratır.
Sağlıklı birliktelik bilgi, bilinç ve emek ister.
Bakış açınızı değiştirmeye hazırsanız ve ilişkilerinizde kendiniz olmaya cesaretiniz varsa bu workshopa katılmaya da hazırsınız demektir.

İLETİŞİM

- NEDEN bazı insanlara anında kanınız kaynıyor ama en sevdiğiniz arkadaşınızın arkadaşı ilk tanışmanızda sizi rahatsız ediyor?
- NEDEN bir çocuğunuza kendinizi yakın hissederken diğerine aynı duyguyu hissedemiyorsunuz?
- NEDEN ilk bakışta aşık olduğunuz insan bir süre sonra, sizi ilk anda çeken özellikleri yüzünden itici hale geliyor? Bonkörlüğü müsriflik, rahatlığı sorumsuzluk, kendine güveni ukalalık oluyor?
- NEDEN başka şirkette çalışırken, binbir zahmetle kadronuza aldığınız eleman, şimdi size hiçbir işe yaramadığı duygusu veriyor?
- NEDEN yıllardır en derin sırlarınızı paylaştığınız dostunuzla artık iletişimin koptuğunu hissediyorsunuz?

NEDEN? NEDEN? NEDEN?

İş, aşk ve arkadaşlık boyutlarında ilişkiyi başlatmanın ne denli zor olduğunu herkes deneyimlemiştir.

Diyelim ki siz çok kolay başlatıyorsunuz. Ya sürdürmesi?

Evet; sağlıklı bir iletişim için karakter (doğuştan getirdiğimiz) ve kişilik, (aile, okul, çevre vb. etkisiyle sonradan edindiğimiz) uyumu son derece önemlidir.

Özetle; sağlıklı bir iş, evlilik-birliktelik ve arkadaşlık ilişkisi zor bir sanattır. Ama bu sanatı bilmemenin ağır bir bedeli var; yanlış anlaşılmak, anlaşılmamak, aldatılmak, başarısızlık ve YALNIZLIK.

Anlaşılmamaktan mı şikayetçisiniz?

Siz hiç başkalarını anlamayı denediniz mi?

Ya onların bakış açısından görmeyi?

Bu workshopa katılın ya da katılmayın: Seçim sizin.

Tıpkı yaşamınızı başkalarının eline teslim etmekle, yaşam geminizin kaptanı olmak arasında yaptığınız seçim gibi; mucizeleri bekleyin! Ya da Mucizeleri yaratın!

GEÇMİŞİN GÖLGELERİ

Çocukluk döneminde aile içinde yaşadığımız deneyimler ve bize sürekli verilen mesajlar ile kendimiz, başkaları ve yaşam hakkında kararlar alır, inanç ve değer yargıları oluştur; bunları gözden geçirmeden, değerlendirmeden, sorgulamadan benimseriz... bilinçaltına depolarız.... ve yetişkinlik dönemine taşırız.

Bu workshop çocuk-ebeveyn ilişkisinde sorgulamadığımız ya da sorgulayamadığımız tutum ve davranışları bir yetişkin olarak sorgulamayı amaçlıyor.

İşte sorgulayacağımız sorulardan bazıları:

- Çocukluk döneminde özgürce düşünerek zihninizi geliştirmeye mi teşvik edildiniz? İtatkar olmaya mı?
- Anne babanız düşünce, istek veya davranışlarınızı onaylamadıkları zaman fiziksel şiddete başvuruyor, alay ediyor ya da aşağılıyor muydu?
- Anne babanız davranışlarınızı kontrol etmek amacıyla "cehennemde yanacaksın" türünden dinsel tehditlere başvuruyor muydu?
- Anne babanız size karşı hatalı davrandıklarında hatalarını kabul ediyorlar mıydı?
- Anne, babanızın gözünde iyi (yetenekli, zeki, değerli) bir çocuk olduğunuza mı inanıyordunuz, kötü (aptal, yetersiz, değersiz) bir çocuk olduğunuza mı?
- Anne babanız cinsellik, bedeniniz ve cinsiyetiniz hakkında olumlu mu olumsuz mu mesajlar veriyordu?
- Sizden beklentileri sizin bilginiz ve yeteneklerinizle uyumlu muydu? Yoksa taşıyamayacağınız kadar ağır görevler ve beklentilerle mi karşılaşıyordunuz.
- Düşünce ve duygularınızı ceza korkusu duymaksızın ifade edebiliyor muydunuz? Yoksa susuyor ya da onların onaylayacağı türden yanıtlar mı veriyordunuz?
- "Elalem ne der" mi daha önemliydi? Sizin mutlu, doyumlu olmanız mı?

Yaşamınızın bu döneminde kendinizi anlamakta zorluk çekiyorsanız,
Kişiliğinizin ve psikolojik yapınızın adım adım nasıl şekillendiğini bilmek istiyorsanız
Gelecekte sağlıklı bir anne baba olmak istiyorsanız
Şu anda anne baba iseniz ve "psikolojik terminatör" olmak istemiyorsanız;
Geçmişin gölgelerinden özgürleşmek istiyorsanız
Bu workshopa katılın...

KENDİN OLMAK

Fiziksel, duygusal, zihinsel ve ruhsal boyutlarıyla insan bir bütündür. Bu boyutlardan sadece birinde bile dengeyi sağlayamazsa mutsuz olur... Mutsuzluğunun nedeninin de kendisini tanımamaktan kaynaklandığının farkına varmaz. İnsan, yaşamı boyunca karşısına çıkan olaylar, insanlar, koşullar sayesinde deneyimler kazanarak kendini tanıma (olgunlaşma) yolunda ilerler. Yaşlı kimselerin "şimdi bildiklerimi keşke gençlik yıllarımda bilseydim" diye yakındıklarını duyarız. Bu, onların eğer yaşamlarını baştan yaşama imkanı olsaydı tercihlerini farklı şekillerde yapacaklarının göstergesidir.

Yani kendini tanımanın (olgunlaşmanın) bedeli uzun yıllar, hatta tüm ömürdür. Uzun ömrün bile olgunlaşmayı garantilemediği sıkça görülen bir gerçek. İnsanlar bedensel yetişkinliğe zamanla ulaşıyorlar, ama ya ruhsal yetişkinliğe?

Kendini tanıma workshop'u 80 saate sığdırılmış "Hayatın Özet Panoraması"dır.

İnsanın bilincinde ve bilinçaltında var olanları dört maddeye ayırabiliriz.

1. Bireyin hem kendisinin hem başkalarının bildiği şeyler.
2. Kendisinin bildiği ama başkalarının bilmediği şeyler.
3. Kendisinin farkında olmadığı ama başkalarının farkında olduğu şeyler.
4. Ne kendisinin ne de başkalarının farkında olduğu şeyler (olumlu ya da olumsuz.)

İşte uygulamalı zihinsel, duygusal ve ruhsal egzersizler dizisiyle oluşan workshop, özellikle 3. maddenin çoğu ile 4. maddenin bir kısmını bireyin bilincine çıkarmaya yönelik.

İnsanların çoğuna "Kendinizi tanıyor musunuz" diye sorduğumuzda alacağımız yanıt genellikle "tabii ki tanıyorum" olur. Halbuki "tanımak" kavramı ile sadece 1. ve 2. maddedeki bilgiyi kastetmektedirler.

- Yıllar sonra birikmiş, "Keşke"lerinizin çok sayıda olmaması için,
- Amaçlı bir yaşam için,
- Daha objektif, tutarlı ve isabetli yaşam seçenekleri için,
- Tepkisel değil etkisel, duygusal değil duyarlı bir insan olmak için,
- Kendinizle barışık olmak, kendinizi olduğunuz gibi sevmeyi öğrenmek için,

Öğrendiklerinizi yaşama geçirmeye kararlıysanız bu çalışmaya katılın.

Çünkü değerlisiniz.

REBIRTHING

- Duygularınızı bastırıyor musunuz ?
- Düşüncelerinizi ifade etmekte güçlük çekiyor musunuz?
- Uyku hapı ya da sakinleştirici haplar kullanıyor musunuz?
- Alkol, nikotin bağımlılığınız var mı?
- Aşırı yemek yiyor musunuz?
- Çok uyuyor musunuz?
- Sürekli konuşuyor musunuz, geveze misiniz?
- Eğlence yerlerinin müdavi mi misiniz?
- Her gün televizyon seyrediyor musunuz?
- İşkolik misiniz?
- Sekskolik misiniz?
- Hastalık hastası mısınız?

Tüm bunlar 0-6 yaşları arasında bastırılmış düşünce ve duygulardan kaynaklanıyor.

Neden bir düşünce ya da duygu bastırılır? Çünkü onun kötü (yanlış) olduğuna inanırız. Kötü, acı verici, hoş olmadığına karar verdiğimiz deneyimleri de bastırır, bilinçaltına iteriz. Bu bastırmalar, bizim doğal akışımız olan sevgi, haz, içsel barış enerjimizi bloke eder. Hastalıklar, engellenmiş enerjinin sağlıksız dışavurumudur.

Rebirthing, bir zamanlar bastırma yoluyla kaçındığımız şeyleri bilince çıkararak ruh-beden-zihin entegrasyonunu sağlama yöntemidir.

Rebirthing bir tedavi yöntemi değil. Ama rebirthiong yaşayan kişilerde görülen iyileşmelere "yan etki" de diyebiliriz.

* Rebirthing için gerekli ön katılım: "Kendin Olmak" ya da "Geçmişin Gölgeleri" workshopu.